આત્મસાક્ષાત્કાર
સ્વાનુભવ



લેખન - સંકલન

દિલસુખ ભડાણિયા

:: માતૃદેવો ભવ ::



માતુશ્રી નંદુબાઈ કરમશીભાઈ ભડાણિયા

:: પિતૃદેવો ભવ ::



પિતાશ્રી કરમશીભાઈ ઘરમશીભાઈ ભડાણિયા

:: શ્રીગુરુભ્યો નમઃ ::



સંત શિરોમણી

સદ્‌ગુરુદેવ શ્રીહરિરામબાપા

:: અતિથી દેવો ભવઃ ::



પરમ પૂજ્ય બાલયોગી
(મૌનીબાબા)



સંત ચરણરજ
દિલસુખ ભડાણિયા

ૐ

શ્રીસદ્‌ગુરુભ્યો નમઃ

આત્મસાક્ષાત્કાર
સ્વાનુભવ

લેખન - સંકલન

દિલસુખ ભડાણિયા

મેરા મુજ મેં કછુ નાહિં, જો કછુ હૈ સો તેરા;
તેરા તુજકો સોંપતે, ક્યા લગે ગો મેરા ।
જો કછુ કીયા તુને કીયા, મૈં કછુ કીયા નાહિં;
અગર કહું મૈંને કીયા, તુમ હી થે મુજ માહિં ॥

સરનામું

શ્રીદિલસુખભાઈ કે. ભડાણિયા

"મુક્તિ" શાંતિનગર સોસાયટી-૩, ગુંદાળા રોડ, ગોંડલ.

પીનકોડ-૩૬૦૩૧૧ (સૌરાષ્ટ્ર-ગુજરાત)

મો : +91-94274 34835

AATMASAKSATKAR - SVAANUBHAV

Edited And Writen by : Shree Dilsukhbhai K. Bhadania
Published by : Shree Dilsukhbhai K. Bhadania

પ્રથમ આવૃતિ
૩૦ જુલાઈ ૨૦૨૨

મુલ્ય
સાધકને માટે માર્ગદર્શક અને પ્રેરણારૂપ થાય એ જ આ પુસ્તકનું મુલ્ય છે.

પ્રકાશક
શ્રીદિલસુખભાઈ કે. ભડાણિયા

પરામર્શક
શ્રીભુપતભાઈ નાથાભાઈ ડઢાણિયા

ટાઈટલ ક્રિએશન, ગ્રાફિક્સ અને ટાઈપ સેટીંગ
શ્રીઅલ્પેશ ટાંક

લે આઉટ અને ભાષા શુધ્ધિકરણ
શ્રીનટવર આહલપરા અને શ્રીહિતેશ સિનરોજા

સરનામું
શ્રીદિલસુખભાઈ કે. ભડાણિયા
''મુક્તિ'' શાંતિનગર સોસાયટી-૩, ગુંદાળા રોડ, ગોંડલ. પીનકોડ-૩૬૦૩૧૧
(સૌરાષ્ટ્ર-ગુજરાત) મો : +91-94274 34835

અર્પણ



ગુરુકૃપા વડે સૂરતા-શબ્દના સહજ યોગથી બુધ્ધિ પ્રકાશિત થતાં મારા આત્મવિચારો વાણી મારફતે રજુ થતાં હતાં. તે વિચારોને લખાણમાં રૂપાંતર કરવા માટે મને પ્રેરિત કરનાર મારી દોહિત્રી ડૉ.હેત્વીને આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે આગળ વધવામાં ઉપયોગી થાય અને તેમાં સફળતા મળે એવી શુભભાવના અને શુભેચ્છા સાથે તેણીને અર્પણ.

તા. ૧૪-૦૬-૨૦૨૨ — બસ એ જ...

ગોંડલ — દાસાનુંદાસ દિલસુખના

સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ,

જય ભગવાન.

પ્રસ્તાવના

શ્રીદિલસુખભાઈ ભડાણિયા લિખિત પુસ્તક ''આત્મસાક્ષાત્કાર - સ્વાનુભાવ'' એક આધ્યાત્મિક યાત્રા અંગેનો તેમનો પોતાનો અનુભવ વર્ણવતું તગડું પુસ્તક છે.

આમ તો શ્રીદિલસુખભાઈ અને મારો પરિચય ત્રણ દાયકા કરતાં વધારે સમયનો છે. એક વખત અમે બંને એક જીલ્લામાં સાથે સરકારી સેવા બજાવી રહ્યાં હતા. તે વખતની મારા મનમાં શ્રીભડાણિયા સાહેબની છાપ એક સંનિષ્ઠ, કર્તવ્ય પરાયણ, નિષ્ઠાવાન, સખત મહેનતુ, લોકોની તકલીફ કેવી રીતે દૂર કરવી તેની સતત જાગૃત્તતા, માયાળુ અને નિખાલસ પ્રમાણિક અધિકારી તરીકેની છે. વચ્ચે થોડો સમય સંપર્ક વગરનો ગયો. તાજેતરમાં થોડા સમય પહેલા તેમનો ફોન આવ્યો અને જુની યાદો તાજી થઈ ગઈ. વ્યવહારિક પૂછપરછ પછી પૂછ્યું કે હાલમાં શું કરો છો ? તેમણે તેમની આધ્યાત્મિક યાત્રા વિશે વિસ્તારથી વાત કરી અને મને તેમણે હસ્ત લિખિત પ્રત/પુસ્તકો મોકલ્યા. મેં તે વિગતથી વાંચી અને ફરીથી વાંચી અને બીજા બે ત્રણ મિત્રોને આ વિષયમાં રસ ધરાવતા હતાં તેમને મોકલી. મારા મિત્રોને અને મને પોતાને ખૂબ જ મજા આવી અને આનંદદાયક પ્રતિભાવ મળ્યો.

મને વિચાર આવ્યો કે આ હસ્ત લિખિત પ્રત આપણી કાઠીયાવાડી લઢણમાં લખાયેલ સરસ માહિતીસભર પુસ્તક છે. તેને પ્રિન્ટ કરાવીએ તે કેવું કે જેથી કરીને આ વિષયમાં રસ ધરાવતા વાચકવર્ગ માટે એક સારા અનુભવનું અમૃત પ્રાપ્ત થાય. શ્રી ભડાણિયા સાહેબે તરત જ હકારાત્મક પ્રતિભાવ આપ્યો. મેં તેમને કહયું કે ગુજરાતી ભાષામાં આ વિષય ઉપર ખૂબ જ થોડુ સાહિત્ય ઉપલબ્ધ છે. આ વિષય ઉપરનું એક પુસ્તક શ્રીમદ્ રાજચંદ્રજીનું ખુબ જ સારુ વિષય વસ્તુ સાથે ઉપલબ્ધ છે. સામાન્ય રીતે આ બાબત ગુરૂ-શિષ્ય પરંપરાનો ભાગ હોય છે. અને ગુરુ તેમના યોગ્ય અને લાયક શિષ્યને તબકકાવાર તેમને વ્યકિતગત માર્ગદર્શન આપીને આગળ લઈ જાય છે. પરંતુ વિસ્તૃત વિગતો અને સાધનાની વિગતો તો ખૂબ જ જૂજ પ્રમાણમાં પુસ્તકના રૂપમાં ગુજરાતીમાં જોવા મળે છે.

શ્રીભડાણિયા સાહેબની સંમતિથી તેમની હસ્તપ્રતને પ્રિન્ટ કરવા માટે આગળ વિચારવાનું શરૂ થયું. આ હસ્તપ્રતને ડિઝિટલાઈઝ કરવા માટે શ્રીભુપતભાઈ ડઢાણિયા અને રાજકોટના બહુ પ્રતિષ્ઠિત ચાર્ટડ એકાઉન્ટન્ટ શ્રીપ્રકૂલભાઈ પટેલ એમ બંને સદ્‌ગૃહસ્થોનો સ્વેચ્છાથી સહયોગ સાંપડયો છે. આ તબકકે શ્રીભુપતભાઈ ડઢાણિયા અને શ્રીપ્રકૂલભાઈ પટેલનો જેટલો આભાર માનીએ તેટલો ઓછો છે.

આ હસ્તપ્રત પૂસ્તકને ડિઝિટલાઈઝ સ્વરૂપમાં રૂપાંતર કરવા માટે જે મહેનત દાખવી છે તે બદલ ભાઈ શ્રીનટવરભાઈ આહલપરા, શ્રીહિતેશભાઈ સિનરોજા અને

શ્રીઅલ્પેશભાઈ ટાંકનો પણ ખૂબ ખૂબ આભાર.

આ વિષયમાં રસ ધરાવતા જિજ્ઞાસુઓને આ પુસ્તક જરૂરથી ઉપયોગી થશે તેમાં બે મત નથી. શ્રીભડાણિયા સાહેબનો પણ તેમની આ યાત્રાનો અનુભવ પુસ્તકરૂપે પ્રગટ કરવા બદલ તેમનો પણ આભાર માનીએ.

તબક્કાવાર સતત સાધના અને ગુરુમહારાજની કૃપાથી તેમની આ આધ્યાત્મિક યાત્રાનો અનુભવ જિજ્ઞાસુઓને જરુરથી પથદર્શક પૂરવાર થશે જ.

ફરીથી શ્રીભડાણિયા સાહેબને ખૂબ ખૂબ અભિનંદન સાથે અંતરથી ખૂબ જ શુભચ્છાઓ, જય ભગવાન....

તા. ૩૦-૦૫-૨૦૨૨

હરિભાઈ વ. પટેલ **I.A.S. (R)**

અનુક્રમણિકા

૧. મંગલાચરણ

આપણાં આત્મકલ્યાણ અર્થે સાધનાપથ પર ડગ માંડતા પહેલાં સૌ પ્રથમ આપણે આપણાં ઈષ્ટદેવ, ભગવાન, બ્રહ્મ, પરિબ્રહ્મ પરમાત્મા કે શ્રીસદ્ ગુરુદેવની અસીમ કૃપા અને અમીદ્દષ્ટિ આપણાં પર સદાય બની રહે અને તેઓની આવી કૃપા થકી આપણે મોહ-માયાના ચકાવામાંથી છૂટીને આપણાં મૂળ સ્વરૂપ ‘‘બ્રહ્મસ્વરૂપ’’માં સ્થિતિ પામીએ એ જ અભ્યર્થના સાથે તેઓની ભકિતભાવપૂર્વક પ્રાર્થના, આરતી અને ગુરુવંદના કરીએ.

પ્રાર્થના

હે ભગવાન, તારું નામ,
સાંભળતો રહું, સઘળે ઠામ,
ગગને પવને, ખડ-ખડ ઝરણે,
તારું ગાન, તારું ગાન,
વન વન ભવને, નવે ખંડમા,
તારું ભાન, તારું ભાન,
હે ભગવાન, તારું નામ,
સાંભળતો રહું, અખંડ નિજ નામ.

-- :: --

તું માતા, તું છે પિતા, તું બંધુ જગનાથ
તું સઘળું દેનાર છો, સાચો તું સંગાથ
તારી આ દુનિયા બધી, તારા સૂરજ ચાંદ
તારાથી સૌ જીવીએ, કરીએ નિત આનંદ
કાલા ઘેલા બાળકો, નમીએ નામી શિશ
સાચી સમજણ આપજે, હે મોટા જગદિશ

-- :: --

ૐ બ્રહ્મ અમારું બન્નેનું (ગુરુ-શિષ્યનું) સાથે રક્ષણ કરો
અમારાં બન્નેનું સાથે પાલન કરો,
અમે બન્ને સાથે જ સામર્થ્ય (બળ) મેળવીએ
અમારાં બન્નેનું ભણતર તેજસ્વી થાઓ.
અમે પોતાનો કે બીજા કોઈનો દ્વેષ ન કરીએ
ૐ શાંતિ : । શાંતિ : । શાંતિ : ।

-- :: --

ૐ એ પૂર્ણ બ્રહ્મ છે. આ જગત પૂર્ણ છે. એ પૂર્ણ બ્રહ્મમાંથી આ પૂર્ણ જગત ઉત્પન્ન થાય છે.
એ પૂર્ણ બ્રહ્મમાંથી પૂર્ણ જગત કાઢી લઈએ તો પૂર્ણ બ્રહ્મ જ બાકી રહે છે.
ૐ શાંતિ : । શાંતિ : । શાંતિ : ।

-- :: --

ૐ ગુરુ વંદના

ગુરુ બ્રહ્મા, ગુરુ વિષ્ણુ, ગુરુ દેવો મહેશ્વર ।
ગુરુ સાક્ષાત પરબ્રહ્મ, તસ્મૈ શ્રી ગુરુવે નમઃ ॥

-- :: --

ત્વમેવ માતા ચ પિતા ત્વમેવ, ત્વમેવ બંધુશ્ચ સખા ત્વમેવ ।
ત્વમેવ વિદ્યા દ્રવિણં ત્વમેવ, ત્વમેવ સર્વમ્ મમ્ દેવ દેવ ॥

-- :: --

બ્રહ્મા નંદમ્ પરમ્ સુખમ્ કેવલં જ્ઞાન મૂર્તિ ।
દ્વન્દાતિતમ્ ગગન સદસમ્ તત્વમસ્યાદી લક્ષ્યમ્ ॥
એકમ નિત્યમ્ વિમલ મચલમ્ સર્વદા સાક્ષી ભૂતમ્ ।
ભાવાતિતમ્ ત્રિગુણ રહીતમ્ સદ્ગુરુ ત્વમ્ નમામીઃ
ત્વમ્ નમામિ - ત્વમ્ નમામિ ॥

-- :: --

ગુરુ પદવંદી ઓચરું, હું છું બાળક અબુજ અજાણ
મારા અપરાધ સામુ ન જોશો દયા નિધી.
બોલ્યું - અબોલ્યું કરોને પ્રમાણ... ટેક
ગુરુના નાવે હું ચડી, તો સહજમાં આવ્યાં સાગર પાર
આ હોડીને હેલા કંઈ ન નડયાં, સાવધ સદ્ગુરુ હાંકણ હાર ।
વેપાર કીધો હરિ નામનો, ગુરુ રૂપી કીધા દલાલ
માલ ઓરાવ્યો સુગમ ને સોંઘો કરિ જગમાં કર્યા ન્યાલ ॥
એ ગુરુના વખાણ હું કેમ લહુ, થાકયાં સરસ્વતી ને વેદ
શિવ - સનકાદી પણ ના લહે, એવો ગુરુ ગુણોનો છે ભેદ ॥
ગોવિંદથી પણ ગુરુ છે અદકેરાં, સદ્ગુરુ દયાનિધાન
તન-મન-ધન અર્પી સેવા કરે,
નામે નરસી કરે પ્રણામ - રામ રામ ॥

-- :: --

શ્રીસદ્‌ગુરુભ્યો નમઃ

અરે બાપા...
ભજન વિના મારી ભૂખ ના ભાંગે,
ને સમજણ વિના તલપ ના જાય.
ધ્યાન વિના સૂરતા ન સધાય,
ને સૂરતા વિના શબ્દ ન સધાય.
સૂરતા-શબ્દ વિના સમાધિ ન થાય,
ને સમાધિ વિના સમાધાન ન થાય.

-- :: --

જ્યારે પૂર્ણ સમાધાન થાય ત્યારે અનુભવાય છે કે....

મારું મારામાં કંઈ નથી, જે કાંઈ છે તે તારું
તારું તને સોંપતા પછી કેમ કહેવાય મારું.
જે કાંઈ કર્યું ઈ તે કર્યું, મેં નથી કર્યું કાંઈ,
અગર કહું કે મેં કર્યું, તો તું જ હતો મારામાંઈ.

-- :: --

સદ્‌ગુરુની ટૂંકી સમજ

જો તું મારા નામમાં તો હું તારા કામમાં
જો તું તારા કામમાં તો હું મારા ધામમાં.

તા. ૦૮-૦૨-૨૦૨૧
ગોંડલ

બસ એ જ...
દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ,
જય ભગવાન.

સદ્ગુરુદેવ શ્રીહરીરામબાપાને પત્ર

હું જયારે અંજાર જી.ઈ.બી.માં સર્વીસ કરતો હતો તે દરમ્યાન તા.૦૫,૧૦,૧૯૮૬ ના રોજ મારે જામનગર જવાનું થયેલ. ત્યારે હું રાત્રે મારા ગુરુદેવ(શ્રીહરિરામ બાપા)ના દર્શન કરવા ગયેલ. અને આશરે ત્રણેક કલાક સાથે રહીને ભોજન, ભજન અને સત્સંગનો લાભ લીધેલ. જયારે અંજાર જવા માટે મેં રજા લીધી ત્યારે બાપાશ્રીએ મને કહેલું કે તમે અંજાર પહોંચીને ''તમારી પહોંચનો પત્ર લખજો.'' મેં જવાબ આપેલ કે ''ભલે બાપા હું લખીશ.''

અંજાર પહોંચીને મેં વિચાર કર્યો કે મારે બાપાશ્રીને પત્ર લખવાનો છે. તેમાં મારી પાસે પહોંચની વિગત માગી છે. ત્યારે હું વિચાર કરવા લાગ્યો કે મારે ભૌતિક રીતે અંજાર પહોંચવાની વિગત આપવી કે આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે અંતરઘટમાં કયાં સુધીની પહોંચ થઈ છે તેની વિગત આપવી ? આખરે હું એ નિર્ણય પર આવ્યો કે મારો અને બાપાશ્રીનો સંબંધ આધ્યાત્મિક છે. તેથી હું સાધનામાં કેટલો આગળ વધ્યો છું તેની વિગત મારે લખવી જોઈએ. પત્ર લખવાની શરૂઆત કરતા લખ્યું કે ''સદ્ગુરુદેવ સત્ય છે.''

હવે પછી આગળ શું લખવું ? તે બાબત વિચારવા લાગ્યો કે સાધનામાં હું કયાં પહોંચ્યો છું તે મારે કેમ ? કેવી રીતે ? અને શું વિગત લખવી ? તેનો વિચાર કરતા ત્રણ-ચાર દિવસ પસાર થઈ ગયાં. રોજ રાત્રે પત્ર અને પેન લઈને બેસુ પણ કંઈ ગતાગમ પડે નહીં. માત્ર ''સદ્ગુરુદેવ સત્ય છે.'' એ જ સુવાકય મારી નજર સમક્ષ આવે ત્યારે મારું મન મુંજાણું અને સદ્ગુરુમાં ખોવાણું ત્યારે એક વિચાર આવ્યો કે ''સદ્ગુરુદેવ સત્ય છે.'' તો તે ''સદ્ગુરુદેવ'' કોણ ? અને સત્ય શું ? મારી સૂરતા શબ્દમાં (નાદબ્રહ્મ) ઊંડી ઉતરી ગઈ અને જયાં પહોંચી હતી ત્યાંથી વાણીનો પ્રવાહ ચાલું થયો ત્યારે મારા હાથ મારફતે પત્ર લખવાનું ચાલું થયેલ તે પહોંચનો પત્ર નીચે મુજબ છે.

શ્રીસદ્‌ગુરુ દેવ સત્ય છે

સાકારમાં છે નિરાકાર, નિરાકારમાં છે સાકાર
જો સમજાય નહીં સાકાર, તો બાકી બધું છે બેકાર
નૂરતે નિરખાય તે સાકાર, સૂરતે પરખાય તે નિરાકાર
શૂન્યપણું તે જ સાકાર, અનંતપણું તે જ નિરાકાર
જે શૂન્યમાં જઈ સમાણા, તે જ સંત કહેવાયાં
જે અનંતમાં જઈ સમાયા, તે જ અવતારી કહેવાયાં
એક છેડે શૂન છે, બીજે છેડે અનંત છે, વચ્ચે છે આકાર
બન્ને છેડા ભેગા કરો તો, એક સદ્દગુરુ દાતાર
સત નામ એ જ નિરાકાર, સત વચન એ જ સાકાર
આ વચનનો છે વિસ્તાર, જે ને સતનામનો છે આધાર
નિરાકારમાંથી નિપજ્યાં વચન(ૐ)વચનમાંથી ઉપજ્યાં નામ(સોહંગ પ્રાણ)
નિરાકારમાંથી નિપજ્યાં ઓહંગકાર (પ્રણવ) (બ્રહ્મા)
સાકારમાંથી ઉપજ્યાં, સોહંગકાર (પ્રાણ)
સાકારનું જ્યાં ઉપજે, નિરાકારનું ત્યાં નિપજે.
સાકારથી ઉપજ્યાં આકાશ, નિરાકારથી નિપજ્યાં પવન,
સાકારથી ઉપજ્યાં પ્રકાશ, નિરાકારથી નિપજ્યાં પાણી,
આમ, પવન પ્રકાશ ને પાણી તેમાંથી પૃથ્વિ બંધાણી,
આ બધા છે સાકાર, તેમાંથી થયાં છે બધા આકાર
એમાં ભળ્યાં છે નિરાકાર, તેથી બન્યાં છે સગુણ સાકાર
તેમાં મૂળ આધાર છે ઓહંગકાર (પ્રણવ - ૐ)
તેનાથી ચાલે છે સોહંગકાર (હંસો-પ્રાણ-અપાન-બે શ્વાસા)
આમ સગુણ સાકારનો આધાર છે નિરાકાર (નાદ-બ્રહ્મ)
પણ ભ્રાંતિથી ચિતમાં થયો છે અહંકાર
અને તેનાથી થયો છે દેહાધ્યાસ
અહંકારથી જ થયાં છે વિષય - વિકાર
તેથી જ થયાં છે અંધુકાર - ધંધુકાર

આમ અંતઃકરણમાં થયો છે હા..હા..કાર
તેથી જ જીવન બન્યું છે કષ્ટાકાર

સદ્ગુરુની સેવા - સતસંગ - સ્મરણ થકી
સ્મરણ કરતાં છૂટયાં વિકાર
અને મન થયું છે સોહંગાર
તેથી ઘટમાં ગૂંજ્યો છે રણુકાર
અને બુદ્ધિ થઈ છે બ્રહ્માકાર
આમ દેહાધ્યાસ છોડી ચિત્તવૃતિ થઈ બ્રહ્માકાર (સૂરતા)
સૂરતા વડે શાંત થઈ જ્યારે સુણે છે રણુકાર
ત્યારે જે બોલે છે તે ઓહંકાર
અને સાંભળે છે તે સોહંકાર
સદ્ગુરુની દયા - કૃપા થકી (ધ્યાન - ભજન - સમાધિ વડે)
જ્યારે ઓહંગકાર ને સોહંગકાર
થાય છે એકાકાર (જ્યોતિ સ્વરૂપ)
ત્યારે છુટે છે અહંકાર
ત્યારે જે છે બોલનહાર, તે જ છે સાંભળનાર
તે જ છે સદ્ગુરુ દાતાર (પરમ આત્મા) તે જ છે
જગત આધાર - કાયમના કીરતાર - બધા પ્રાણોનો આધાર
તે જ સદ્ગુરુ દેવ સત્ય છે
તે જ દિલના સ્વામી હરિરામ સત્ય છે.
જે સત્ય છે તે જ પરમેશ્વર છે.

તા. ૧૫-૧૦-૧૯૮૬
ગોંડલ

બસ એ જ...
સંત ચરણરજ
દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ.

શ્રીગુરુપૂજન

(આરતી - આત્મદર્શન)

આરતી આત્મારામની રે, બ્રહ્મભાવે ઉતારીએ રે
જ્ઞાનગંગાના જલ ભરીએ, મનઈન્દ્રિયોને શુધ્ધ કરીએ રે
નૂરતે-સૂરતે નીર ભરીએ, હૃદય કમળ શુધ્ધ કરીએ રે...આરતી આત્મા..

પ્રેમથી પ્રભુને પધરાવીએ, હેતેથી હરિને વધાવીએ રે
ભાવ અશ્રુથી પખાળીએ, વિવેકથી હૃદયે ઠેરાવીએ રે...આરતી આત્મા..

કાયા કંચન થાળી કરીએ, કરીએ કરણીના કોડિયાં રે
પ્રાંચ પ્રાણની બતી કરીએ, નાભિ કમળે નિરખીયે રે...આરતી આત્મા..

ઓહંગ સોહંગ એક કરીએ, આતમ જ્યોત જલાવીએ રે
પ્રેમનાપુષ્પે પોખીએ રે, ચેતન ચંદન ચોડીએ રે...આરતી આત્મા..

ધ્યાન ધરીને ઉલટાવીએ રે, મેરૂ પર્વત ચડીએ રે
શૂન શિખર સર કરીએ રે, દશમાં દ્વારે દેખીએ રે...આરતી આત્મા..

દેખનારો દર્શાય નહીં રે, પોતે પોતામા સમાય રે
પોતામાંથી પોતે થીયા રે, અદ્વૈત આતમ રામ રે...આરતી આત્મા..

આમ જો આરતી થાય રે, ભવ સાગર તરી જવાય રે
દિલના સ્વામી હરિરામ રે, દેહ દેવળમાં દર્શાય રે...આરતી આત્મા..

તા.૦૪-૦૨-૨૦૦૬
ગોંડલ

બસ એ જ...
સંત ચરણરજ
દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ.

શાંતિમંત્ર

ૐ સર્વેસ્વ તું હી

સોહંગ બ્રહ્મ તું હી

સોહંગ શક્તિ, સર્વ જગત તું હી

ૐ થી ઉપજ્યાં તું હી, સોહંગથી સમજ્યાં તું હી

પરિબ્રહ્મ સદા મુક્ત તું હી

ૐ શાંતિ - શાંતિ - શાંતિ

ૐ શાંતિના પ્રભુ સુખદા

ૐ શાંતિના પ્રભુ મોક્ષદા

ૐ શાંતિના પ્રભુ સર્વ વિઘ્ન હરતા

ૐ શાંતિના પ્રભુ સર્વદા

ૐ શાંતિ શાંતિ શાંતિ

ૐ (પ્રણવ-વચન)

આસમાની મૌન હી ધ્વનિ હૈ
ધ્વનિ મેં ગતિ હી શબ્દ હૈ
શબ્દ મેં રતિ હી સ્વર હૈ
સ્વર મેં ચુતિ હી ભા સ્વર હૈ
ભા સ્વર કિ પ્રતીતિ હી ઈશ્વર પ્રતીતિ હૈ

ૐ કાર ઈશ્વર વાચક શબ્દ છે. ૐ કારને પ્રણવ પણ કહેવામાં આવે છે. નાભિ કમળ પાસે જ્યારે કુંડલીની જાગૃત્ત થાય છે ત્યારે તે શકિતનું વાયુમાં રૂપાંતર થાય છે. ત્યારે તે પ્રક્રિયા વખતે જે નાદ થાય છે તેને પ્રણવનાદ-ભા સ્વર-રણુકાર વગેરે શબ્દો વડે વર્ણવામાં આવે છે. તેને સંતો સત વચન કહે છે. તેને ધુનાત્મક પરા વાણી પણ કહે છે. વચન સિધ્ધ થયેલા પુરુષો જ્યારે નાભિ કેન્દ્રે રહીને બોલે છે ત્યારે ધુનાત્મક વાણીનું વર્ણાત્મક શબ્દોમાં રૂપાંતર થઈને તેના શ્રીમુખેથી જે વાણી નિકળે છે તેને વેદવાણી કહેવાય છે. તે સત્ય જ હોય છે.

કુંડલીની શકિત જાગ્યાં પહેલા જયારે સાધક પ્રાણ વડે સાધના કરે છે ત્યારે અપાન વાયુ શરીરમાં દાખલ થઈ ને જે જગ્યાએ (નાભિના ઉપરના ભાગે) સ્થિર થાય છે તેને આંતરિક કુંભક (હૃદય કેન્દ્ર) કહેવાય છે. અપાન સમાય જાય અને પ્રાણ રૂપે ઉત્પન્ન થયો ન હોય એવી સ્થિતિને કુંભક કહેવાય છે. પ્રાણ અને અપાનની વચ્ચેના ગાળામાં (આયામમાં) જો ધ્યાન દેવામાં આવે તો ત્યાં પણ સાધકને નાદ સંભળાય છે. તે નાદને અનાહદનાદ કહેવામાં આવે છે. તેને સંતો નામ જાગ્યું કહે છે. તે કેન્દ્રને અનાહત કેન્દ્ર પણ કહેવામાં આવે છે.

:::::-:::::

૨. આત્મા

આત્મા સત્ય છે. સત્ય એને કહેવાય કે જે ત્રિકાળાબાધિત હોય, જે ત્રણે કાળમાં, ભૂત-ભવિષ્ય અને વર્તમાનમાં કોઈ પણ જાતના ફેરફાર થયા વગર જેમ છે તેમ કાયમ રહે. કે જે કપાતું નથી, ભેદાતું નથી, જન્મતું નથી કે મરતું નથી. અજર - અમર ને અવિનાશી છે. તે અખિલ અને બ્રહ્માંડમાં સર્વત્ર એક સમાન વ્યાપક રૂપે વિલસી રહ્યું છે.

તે આનંદ સ્વરૂપ, પરમ સુખરૂપ, જ્ઞાન સ્વરૂપ (કૈવલ્ય જ્ઞાન) દ્વંદ્વથી પર, આકાશથી પણ પાતળું, મળ રહિત, ચલિતમાન ન થાય તેવું અને કાયમ માટે સાક્ષીરૂપે વિલસી રહેલું છે. તે નિર્ગુણ, નિરંજન, નિરાકાર, અનાસકત, અસંગ, અક્ષરાતિત, જ્ઞાનાતિત, શબ્દાતિત, તુરિયાતિત, ઈન્દ્રિયાતિત, તથા મન-બુધ્ધિથી પર તે પરમાત્મા - પરાત્પર બ્રહ્મ કે ભગવાન, ગોડ, ખુદા વગેરે નામથી ઓળખાય છે. તે જ દરેક પ્રાણીઓમાં ચેતનરૂપે વિલસી રહયો છે. તેને આપણો આત્મા પણ કહેવાય. અને જે હંમેશા આપણી સાથે જ છે, આપણાંથી કદી જુદો પડતો નથી પરંતુ આપણે અજ્ઞાનતાને લઈને મૂળ આપણું આત્મસ્વરૂપ ભૂલીને બીજું સ્વરૂપ ભ્રાંતિથી ધારી લીધેલું છે. તેથી કરીને જગતના દુઃખ, દર્દ, રાગ, દ્વેષ, હું, મારું, સારુ-ખરાબ, ભય-ચિંતા, હરખ-શોક, માન-અપમાન, જન્મ-મરણ વગેરે વગેરે દ્વંદ્વમાં પડી જઈને પોતાનો મૂળ આનંદ ભૂલી જઈને જગત-સંસારની માયાજાળમાં ફસાય ગયેલા છીએ અને કાયમ દુઃખી રહીએ છીએ.

સત્ય તો એ છે કે માનવમાત્રનો અંતર આત્મા અત્યંત મહાન અને પરમ પ્રેમપૂર્ણ છે. સર્વકાંઈ આત્મામાં જ સમાયેલું છે. સમગ્ર વિશ્વની સર્જન શકિત આપણા દરેકની અંદર વિદ્યમાન છે. જે દિવ્ય તત્ત્વ આ જગતનું સર્જન અને પોષણ કરે છે. તે આપણાં હૃદયની અંદર મન રૂપે પ્રગટ થઈને સર્વ ઈન્દ્રિયો દ્વારા બહાર પ્રકાશિત થઈ રહયું છે. અને બાહ્ય જગતના ભૌતિક જ્ઞાન મેળવવાના પ્રયત્નો કરી રહયું છે. અને પરીણામે જગતના પદાર્થોમાં રાગ-દ્વેષ, હરખ-શોક, ભય-ચિંતા, આધિ-વ્યાધિ વગેરે વગેરે અનેક કલેશો, દોષો તથા અનેક વૃત્તિઓમાં પડી જઈને દુઃખ અને જન્મ-મરણના બંધનોમાં ફસાય જાય છે. પણ જો બાહ્ય જગતના જ્ઞાન

પાછળ પડવાને બદલે આપણે જો અંતરજ્ઞાનની પ્રાપ્તિ માટે પ્રયત્ન કરીએ તો થોડા જ સમયમાં આ દિવ્ય તત્ત્વ (આત્મા) નો પ્રકાશ આપણી બુદ્‌ધિને પ્રકાશિત કરે છે. અને તે વડે સ્વરૂપ વિશેનું સાચું જ્ઞાન સમજાય છે. અને આપણાં મૂળ સ્વરૂપમાં સ્થિત થવાથી જ આપણને ચિત્તમાં શાશ્વત સુખ-શાંતિ-સંતોષ વગેરે અનુભવાય છે તથા મોહ - માયા - ભય - રાગ - ક્રોધ વગેરેથી મુકત થવાય છે. અને મોક્ષ પદમાં સ્થિતિ થાય છે. જન્મ-મરણના ચક્રમાંથી મુકિત મળે છે.

માનવજીવનનો સાચો હેતુ અને ધ્યેય આત્માનો સાક્ષાત્કાર કરવો એ જ છે. મનુષ્યને પોતાના આત્માનું ભાન ન હોવાથી તેને પોતાની જાતને ક્ષુલક, અપૂર્ણ અને ઈશ્વરથી ભિન્ન જોવાની ટેવ પડી ગઈ છે. આમ તે પોતાની અંદર રહેલ દિવ્યતાના અનુભવથી જાતે જ વંચિત રહે છે. આપણાં અંતરમાં રહેલી આ દિવ્યતાનો અનુભવ જાતે કરવા માટે જ આપણે વિવિધ પ્રકારની આધ્યાત્મિક સાધનાઓ કરીએ છીએ. છતાં પણ તે સાધનાઓ દ્વારા આત્મ પ્રાપ્તિ થતી નથી. કારણ કે આત્મા તો સતત પ્રાપ્ય જ છે. આત્મા હંમેશા આપણી સાથે જ છે. જેમ સૂર્યને તેના પ્રકાશથી અલગ પાડી શકાય નહીં તેમ આત્માને પણ આપણી જાતથી અલગ પાડી શકાય નહીં. આત્મબળ જ આપણાં જીવનને ટકાવી રાખે છે. આપણો આત્મા વિદ્યમાન ન હોત તો આપણી આંખો જોઈ શકત નહીં. કાન સાંભળી શકત નહીં અને આપણો શ્વાસ અંદર અને બહાર આવ-જા કરી શકત નહીં. આત્માના તેજ (પ્રકાશ) ને કારણે જ હૃદય ધબકી રહયું છે. મન ચિંતન કરી રહયું છે. આત્માના કારણે જ અંદર પ્રેમ ઊભરાય છે. આપણી સર્વ ઈન્દ્રિયોનું પ્રેરકબળ આત્મા જ છે. કારણ કે આપણે જે વસ્તુઓની ઈન્દ્રિયો દ્વારા અનુભૂતિ કરીએ છીએ તેને આત્મા જ પ્રકાશિત કરે છે. આપણું આ શરીર પોતે કાંઈ કરી શકતું નથી. જેમ વીજળી વિના યંત્ર ન ચાલે તેમ આત્માના પ્રકાશ વિના આપણું આ શરીર માત્ર શબ જ છે. જડ યંત્ર જેવું જ છે.

આપણો આત્મા વિશુદ્‌ધ અને પરમ સ્વતંત્ર છે. આત્માનો પ્રકાશ આપણાં ચિતની અંદર સતત સ્ફૂરતો - ધબકતો અનુભવી શકાય છે. તે ઈન્દ્રિયો કે મન-બુદ્‌ધિ દ્વારા અનુભવી શકાતો નથી. કારણ કે ઈન્દ્રિયો કે અંતઃકરણ (મન-બુદ્‌ધિ-અહંકાર) તેના (આત્મા) પ્રકાશ વડે જ કાર્ય કરી શકે છે. **આત્માનો અનુભવ કરવા માટે મન-ઈન્દ્રિયોને શાંત કરી દેવા પડે છે.**

પરમ આત્માના બે રૂપો છે. પ્રકાશ અને વિમર્શ. પ્રકાશ એટલે પ્રકાશિત કરવું અને વિમર્શ એટલે જ્ઞાન. પ્રકાશ દ્વારા તે તત્ત્વ(આત્મા)વિશ્વની અંદર રહેલ દરેક વસ્તુને અને પોતાની જાતને પણ પ્રકાશિત કરે છે. અને વિમર્શ દ્વારા તે તત્ત્વ પોતે પ્રકાશિત કરેલ વસ્તુઓનું જ્ઞાન આપે છે. અને તે વસ્તુમાં રહેલ ભેદ બતાવે છે. પ્રકાશ દ્વારા વસ્તુના અસ્તિત્વનું ભાન થાય છે. અને વિમર્શ દ્વારા વસ્તુના સ્વરૂપનું જ્ઞાન થાય છે. જેમ કે તમે જયારે કોઈ પુસ્તક તરફ જુઓ છો ત્યારે કંઈક ત્યાં છે તેવું ભાન કરાવનાર પ્રકાશ છે. અને તે પુસ્તક જ છે, પથ્થર નથી એવી સમજ (જ્ઞાન)વિમર્શ આપે છે. આ પ્રકાશ અને વિમર્શ વિશ્વમાં દરેક વસ્તુમાં વિદ્યમાન છે. આત્મા પણ પ્રકાશ અને વિમર્શરૂપે છે. તે સ્વયં પોતાની જાતને પ્રકાશિત કરે છે અને પોતે શું છે તેનું ભાન પણ તે સ્વયં પોતાને જ કરાવે છે. સૂર્ય જેમ પોતાને પ્રકાશિત કરે છે અને સારા વિશ્વને પણ પ્રકાશ આપે છે. તેવી જ રીતે આત્મા પણ પોતાને પ્રકાશિત કરે છે અને અંતઃકરણ તથા બાહ્ય ઈન્દ્રિયોને પ્રકાશ આપે છે. માટે જ આત્માને પોતાના પ્રકાશ વડે જ જાણી શકાય છે.

પરમ પ્રકાશમય સૂર્ય, જયારે વાદળા હોય છે ત્યારે દેખાતો બંધ થઈ જાય છે અને વાદળાઓ હટી જવાથી સૂર્ય અને તેનો પૂર્ણ પ્રકાશ અનુભવાય છે. તેવી જ રીતે આપણાં ચિત્તમાં અહમની વૃત્તિઓ રૂપી વાદળાઓ ઘેરાય જાય છે. ત્યારે આપણો આત્મા દેખાતો નથી અને તેનો પૂર્ણ પ્રકાશ આપણાં મન, બુદ્દિધ, ઈન્દ્રિયોને મળતો નથી. તેથી અજ્ઞાન-અવિદ્યા-ભ્રાંતિ થાય છે અને પરિણામે હું, મારું, રાગ, દ્વેષ, અભિનિવેશ વગેરે દુઃખકારક કલેશો આપણાં ચિત્તમાં ઉદ્ભવે છે. પણ જો ચિત્તવૃત્તિઓ રૂપી વાદળાઓને હટાવીને ચિત્ત શુદ્દધ, નિર્મળ અને ચિદાકાશ રૂપે બને તો તેમાં આત્માનું પ્રતિબિંબ દર્શાય છે.

જેવી રીતે આપણે દર્પણમાં આપણું પ્રતિબિંબ જોઈએ છીએ તેવી જ રીતે શુદ્દધ નિર્મળ બુદ્દિધમાં પ્રતિબિંબ થતો આત્મા આપણે જોઈ શકીએ છીએ. એટલે કે ઈન્દ્રિયાતિત આત્મા પણ સુક્ષ્મ બુદ્દિધ દ્વારા જાણી શકાય છે. **તે આત્મસ્વરૂપને ઓળખી, પારખી, નિરખી ને નકકી કરીને, પાકો નિશ્ચય કરી પોતાના મૂળ સ્વરૂપમાં સ્થિત થવાથી ખોટો ભ્રાંતિથી પકડાયેલો અહંકાર દૂર થાય છે. અને જગતના સર્વ દુઃખોનો નાશ થાય છે. તથા જીવનમાં શાશ્વત સુખ, શાંતિ, સંતોષ, આનંદ વર્તાય છે.**

આમ સત, ચિત્ત, આનંદ, શુધ્ધ-બુધ્ધ અને સદાય મુક્ત આપણા મૂળસ્વરૂપ આત્માનો અનુભવ કરવા માટે ચિત્તવૃત્તિનો નિરોધ કરીને આપણી બુધ્ધિ શુધ્ધ અને નિર્મળ કરી પ્રજ્ઞાવાન બનીએ તો આપણાં હૃદયમાં જ આત્માનુભૂતિ થાય તેવો પાકો નિશ્ચય છે.

તા. ૦૧-૦૩-૨૦૨૧ બસ એ જ...

ગોંડલ દાસાનુંદાસ દિલસુખના

સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ,

જય ભગવાન.

:::::-:::::

૩. બુધ્ધિ યોગ
(સ્થિતપ્રજ્ઞાતા અને તેનાં લક્ષણો)

ભગવત ગીતામાં ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે આ જ વાત બહુ સ્પષ્ટ રીતે કહેલ છે. બુધ્ધિ ગ્રાહ્ય અતિન્દ્રિયમઆત્મા ઈન્દ્રિયોથી અતીત-પર છે. છતાં પણ તેને સુક્ષ્મ બુધ્ધિ દ્વારા જાણી શકાય છે. તે બાબતમાં જયારે અર્જુન કૃષ્ણને પૂછે છે કે...

સમાધિમાં સ્થિતપ્રજ્ઞ જાણવો કેમ કેશવ ?
બોલે, હરે, ફરે કેમ જે સ્થિર બુધ્ધિનો ?

ત્યારે શ્રીકૃષ્ણ અર્જુનને જવાબ આપતા કહે છે કે...

૧. મનની કામના સર્વે છોડીને આત્મામાં જ
રહે સંતુષ્ટ આત્માથી, તેને સ્થિતપ્રજ્ઞ જાણવો.
ત્યારબાદ તેના લક્ષણો જણાવતા કહે છે કે...

૨. દુઃખે ઉદ્વેગના ચિત્તે, સુખોની ઝંખના ગઈ
ગયા રાગ - ભય - ક્રોધ, મુનિ જે સ્થિર બુધ્ધિનો.

૩. આસકત નહીં જે કયાંય, મળે કાંઈ શુભ-અશુભ
ન કરે હર્ષ કે શોક, કે જેની પ્રજ્ઞા થઈ સ્થિર

૪. કાચબો જેમ અંગોને, તેમ જે વિષયો થકી
સંકેલે ઈન્દ્રિયો પૂર્ણ કે જેની પ્રજ્ઞા થઈ સ્થિર

૫. નિરાહારી શરીરના ટળે છે વિષયો છતાં, રસ રહી
જતો તેમાં, તે ટળે પેખતાં પરમ (બ્રહ્મ)

૬. પ્રયત્નમાં રહે તો યે શાણાએ નરના હરે, મનને ઈન્દ્રિયો
મસ્ત વેગથી વિષયો ભણી.

૭. તો યોગથી તે વશે કરી રહેવું મત પરાયણ
જેથી સંયમે ઈન્દ્રિયો પૂર્ણ કે જેની પ્રજ્ઞા થઈ સ્થિર.

ઉપરોકત બાબતે અર્જુનનું ખાસ ધ્યાન દોરતા ચેતવણી આપતાં કહે છે કે...

૮. જો વિષયોમાં રહે ધ્યાન, તેનાથી આસકિત ઉપજે
આસકિતથી જન્મે કામ, કામથી ક્રોધ નિપજે
ક્રોધથી મુઢતા આવે, મુઢતા સ્મૃતિને હરે.

સ્મૃતિ લોપે બુદ્ધિ નાશ, અને બુદ્ધિ નાશે સર્વ નાશ થાય છે.

૯. માટે... રાગને દ્રેષથી છૂટેલી ઈન્દ્રિયોયે વિષયો ગ્રહે
વશેન્દ્રિયે સ્થિત આત્મા તો તે પામે પ્રસન્નતા.

૧૦. આમ...પામ્યો પ્રસન્તા તેની બુદ્ધિ શિઘ્ર બને છે સ્થિર
પામ્યો પ્રસન્નતા તેના દુઃખો સર્વે નાશ પામતાં
પણ આગળ કહે છે કે...

૧૧. અયોગીને ન બુદ્ધિ, અયોગીને ન ભાવના
ન ભાવ હીનને શાંતિ, તો સુખ ક્યાંથી હોય અશાંતને
વધુ આગળ સમજાવતાં કહે છે કે...

૧૨. ઈન્દ્રિયો વિષયો એ દોડે, તે પૂંઠે વહે મન,
દેહીની તે હરે બુદ્ધિ, જેમ વા નાવને જળે.

૧૩. તેથી જેણે બધી રીતે, સંકેલી વિષયો થકી
ઈન્દ્રિયોને નિગ્રહે રાખી કે જેની પ્રજ્ઞા થઈ સ્થિર

૧૪. જેમ લંગરમાંથી મુક્ત થયેલું વહાણ સમુદ્રમાં આગળ વધીને સામે
કાંઠે પહોંચે છે તેમ વિષયોના બંધનોમાંથી છૂટીને સંસાર સાગર
તરીને મોક્ષગતિને પામી શકાય.

૧૫. નિશા જે સર્વ ભૂતોની, જેમાં જાગે જાગૃત સંયમી
જેમાં જાગે બધા ભૂતો, એ જ્ઞાની મુનીની નિશા

૧૬. તેથી... છોડીને કામના સર્વે, ફરે જે નર નિઃસ્પૃહ
અહંતા મમતા મુકી, તે પામે શાંતિ ભારત

૧૭. આ છે બ્રહ્મદશા, તે પામ્યે મોહમાં ન પડે.
ને અંતકાળે તે રહે, અને બ્રહ્મ નિર્વાણ મેળવે.

ઉપરોક્ત ગીતાબોધ કોઈ પણ અનુભવી સંત પાસેથી બરાબર જેમ છે તેમ સમજીને જો કોઈ મનુષ્ય પોતાના જીવનમાં અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય વડે અનુસરે તો તેની બુદ્ધિ ત્રણે ગુણોથી (સત-રજ-તમ) પર થઈ વિશુદ્ધ નિર્મળ બને છે. કે જેને પ્રજ્ઞા કહે છે. તે બુદ્ધિ વડે આત્મ અનુભૂતિ કરીને પોતાના મૂળસ્વરૂપ આત્મામાં સ્થિર થઈ પરમ પદને પામીને કલ્યાણ કરે છે. વેદોનું એક મહાવાકય

છે. **"પ્રજ્ઞાનમ બ્રહ્મ"** એટલે કે પ્રજ્ઞા એ બ્રહ્મનું જ સ્વરૂપ છે. આમ આપણો આત્મા અને બ્રહ્મ એક જ છે. અને તે અનુભવી શકાય છે. તેમાં સ્થિત થવાથી તેના લાભ મળે છે.

ભગવદ ગીતાના બુધ્ધિ યોગના ૧૭ સૂત્રોને વિસ્તારથી મારા અનુભવ પ્રમાણે સમજીએ

પ્રથમ અર્જુનનો પ્રશ્ન સમજીએ....

સમાધિમાં સ્થિતપ્રજ્ઞ જાણવો કેમ કેશવ ?

સમાધિ લાગવી એટલે આપણું મન જ્યારે જે વિષયમાં એકાગ્ર થઈને તે વિષયરૂપે બને ત્યારે આપણને તે વિષયની સમાધિ લાગી કહેવાય અને મનને જે વિષયની સમાધિ લાગી હોય તે વિષયનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન થાય છે. એટલે કે તે વિષયનો બોધ થાય છે. એટલે કે તેની બુદ્ધિમાં તે વિષય વિશેનું પૂર્ણ જ્ઞાન થયું કહેવાય. બુધ્ધિમાં જ્ઞાન પ્રકાશ થયો કહેવાય.

સ્થિતપ્રજ્ઞ :-

પ્રજ્ઞ એટલે પોતાના સ્વરૂપનું જ્ઞાન. સ્થિત એટલે સ્થિતિ કેળવવી. **આમ સ્થિતપ્રજ્ઞ એટલે પોતાના મૂળસ્વરૂપ (બ્રહ્મ) માં સ્થિતિ કેળવીને તે સ્વરૂપે રહેવું.** તે સ્થિતપ્રજ્ઞ કહેવાય.

હવે પ્રશ્નને બરાબર સમજીએ તો...

મનને પોતાના મૂળ સ્વરૂપ બ્રહ્મ વિશેની સમાધિ લાગી છે અને તેમાં સ્થિર થયું છે તે કેમ જાણી શકાય ? અને એ બ્રહ્મ સ્થિતિમાં રહેનારના લક્ષણો (વિચાર-વાણી-વર્તન) માં શું ફેરફાર થાય ? એટલે કે બ્રહ્મદશામાં રહેનારનું જીવન કેવી રીતે વિતે છે ?

તો પહેલા આપણે મન વિશે થોડું સમજવું જોઈએ. મન એટલે શું ? એ મન આપણી અંદર કેવી રીતે કામ કરે છે ? આપણાં જીવનમાં તેનું મહત્ત્વ શું ? મનની ઉત્પત્તિ-સ્થિતિ અને લય કેવી રીતે થાય છે ? આપણો વિચાર કરીએ તો આપણાં ૪ (ચાર) શરીર છે.

૧. સ્થૂળ દેહ	**૩. કારણ દેહ**
૨. સૂક્ષ્મ દેહ	**૪. મહાકારણ દેહ**

આપણે બીજી રીતે સમજીએ તો....

શરીર : લોહી, હાડકા, માંસ, મજ્જા, નાડીઓ

કર્મેન્દ્રિયો : હાથ, પગ, જીભ, શિશ્ન, ગુદા

જ્ઞાનેન્દ્રિયો : આંખ, નાક, કાન, જીભ, ચામડી

મન : અંતઃકરણ, મન, બુધ્ધિ, ચિત્ત, અહંકાર

પ્રાણ : પ્રાણ, અપાન, સમાન, વ્યાન, ઉડાન

આમ આપણે ટૂંકમાં જોઈએ તો આપણું જીવન શરીર, ઈન્દ્રિયો, મન અને પ્રાણ થકી ચાલી રહયું છે. તો તે સર્વે આપણાં સાધન થયાં. પરંતુ આપણે તો ચેતનરૂપે આપણાં શરીરમાં અંદર બહાર બધે વ્યાપકપણે પ્રસરી રહ્યાં છીએ. તેમ છતાં આપણને આપણા પોતાના વિશેનું જ્ઞાન ન હોવાને કારણે સ્થૂળ શરીરને હું માનીને મનથી દેહાધ્યાસ થયેલ છે. અને મન વડે સંકલ્પ કરીને અહંકાર ધારણ કરેલ છે. અને આમ આપણાં મૂળસ્વરૂપ, શુધ્ધ, બુધ્ધ, મુકત, ચૈતન્યસ્વરૂપને ભુલી જઈને જીવરૂપે સીમિત થઈ ગયા છીએ. આપણો બધો વહેવાર મન દ્વારા જ થાય છે.

પરમાત્માના શુધ્ધ ચૈતન્યમાં દૃશ્યરૂપે પ્રતીતિ થવાના સ્વભાવને લીધે જ્યારે જે વિષયની કલ્પના કરે છે. ત્યારે તે શુધ્ધ ચેતનમાં તે વિષયની દૃશ્યરૂપે પ્રતીતિ થાય છે. જેમ આપણે અરીસા સામે ઊભા રહીએ તો આપણું પ્રતિબિંબ ભાસે છે તેવી રીતે શુધ્ધ ચેતનરૂપી અરિસામાં જે વિષયની કલ્પના કરી હોય તે વિષયના દૃશ્યની પ્રતીતિ થાય છે. તે સાથે જ ચેતનમાં દૃશ્યની પ્રતીતિ થાય છે. તે ચેતન (દૃષ્ટા) દૃશ્ય સાથે મળવાથી તે દૃશ્યમાં જીવપણાનો ભાવ થાય છે.

ત્યારે ચેતન જીવરૂપી બનીને ચેતનમાં દૃશ્ય વિશેની ચિત્તવન કરવાના સ્વભાવને લીધે ચિત્તની પ્રતીતિ થાય છે. તેથી તે ચેતન ચિત્તમાં (રહીને) દૃષ્ટા રૂપે થઈને દૃષ્યનું ચિત્તવન કરે છે. આમ ચેતન દૃશ્ય સાથે ભળવાના સ્વભાવને લીધે તેમાં ભળવાથી દૃશ્યમાં જીવપણાની પ્રતીતિ થાય છે. ત્યારબાદ ચેતન દૃશ્ય સાથે એકરૂપ થવાથી ચિત્તમાં દૃશ્ય વિષેના અહંકારની પ્રતીતિ થવાના સ્વભાવને લીધે ચેતનમાં અહંકારપણું આવે છે. ત્યારબાદ ચેતન દૃશ્ય સાથે લાંબા સમય માટે સાથે રહેવાથી દૃશ્ય સાથે એકરૂપ થવાના સ્વભાવને લીધે તેને દૃશ્યના જ્ઞાનની

પ્રતીતિ થાય છે. ત્યારે ચેતનમાં બુદ્ધિપણું થાય છે. એવી જ રીતે ચેતનમાં વિષયોનું મનન કરવાના સ્વભાવને લીધે વિષયનું (દશ્યનું) મનન કરે છે ત્યારે મન થયું કહેવાય.

આવી રીતે ચેતનની સ્ફૂરણામાંથી જીવ-ચિત-અહંકાર-બુદ્ધિ-મન વગેરે થયેલ છે. એ ચેતન જયારે કલ્પેલા દશ્ય સાથે ભળે ત્યારે જીવ કહેવાય તે દશ્યનું રૂપ ધારણ કરે ત્યારે અહંકાર કહેવાય. તે ચેતન જયારે દશ્ય સાથે સંયોજીત થઈને તે દશ્યનું જ્ઞાન ધરાવે ત્યારે બુદ્ધિ કહેવાય અને જયારે ચેતન દશ્ય વિષે મનન કરે ત્યારે મન કહેવાય છે. સંકલ્પ-વિકલ્પ કરે ત્યારે તેને મન કહેવાય છે. એટલે કે ઉપરોકત બધા નામો જેમ કે જીવ, અહંકાર, ચિત્ત, બુદ્ધિ, મન વગેરે અલગ-અલગ કાર્ય ભેદે ચેતનના જ નામો છે.

ચેતન જ....

૧. ચિંતવન (કલ્પના) કરે ત્યારે **ચિત્ત** કહેવાય

૨. કલ્પેલા વિષય સાથે ભળે ત્યારે **જીવ** કહેવાય

૩. કલ્પેલા (પદાર્થ) વિષયનું રૂપ ધારણ કરે તે સાથે એકરૂપ થાય ત્યારે **અહંકાર** કહેવાય.

૪. વિષય સાથે લાંબો વખત સંયુકત રહેવાથી તે વિષયનું જ્ઞાન થવાથી **બુદ્ધિ** કહેવાય છે.

૫. તે વિષયનું મનન કરવાથી **મન** થયું કહેવાય.

:::::-:::::

૪. મનની ઉત્પત્તિ-સ્થિતિ-લય

૧. મનની ઉત્પત્તિ

હવે આપણે તત્ત્વ દ્દષ્ટિએ સમજીએ તો સૌ પ્રથમ કાંઈ નહોતું ત્યારે માત્ર શુધ્ધ સત્ય પરિબ્રહ્મ પરમાત્મા ચેતન રૂપે વિલસી રહ્યું હતું. ચેતનના સ્વભાવ પ્રમાણે તેની સ્ફૂરણા થવાથી પ્રથમ નાદ થયો, (ઓમ). ધુનાત્મક શબ્દ અથવા રણુકાર. કે જેને નાદબ્રહ્મ પણ કહેવાય છે.

ત્યારબાદ ધુનાત્મક શબ્દમાંથી વર્ણાત્મક શબ્દ હંસો શબ્દમાં રૂપાંતર થયું કે જેને પ્રાણ પણ કહેવાય છે. એને શિવનું સ્વરૂપ પણ કહેવાય છે. અથવા હં એટલે અપાન અને સો એટલે પ્રાણ પણ કહેવાય છે. એને ઈશ્વરનું સત્તનામ પણ કહેવાય છે. મંત્ર પણ કહેવાય છે. પ્રાણ જયારે સ્ફૂરે ત્યારે મનરૂપે થાય છે. (અંતઃકરણ જીવ, ચિત્ત, અહંકાર, બુધ્ધિ, મન)

પરિબ્રહ્મ પરમાત્મા

। સ્ફૂરણ થતાં

શુધ્ધ ચેતન

।

ચૈતન્યશકિત, જ્ઞાનશકિત, વિષ્ણુ

।

પ્રણવનાદ બ્રહ્મ, ૐ સતવચન, સર્જનશકિત, બ્રહ્મા

।

અનાહત નાદબ્રહ્મ, સતનામ, ગતિશકિત, મહેશ

।

સોહં-હંસો, પ્રાણ-અપાન, વર્ણાત્મક નામ, મંત્ર

।

મન (સંકલ્પ-વિકલ્પ)

।

પાંચ વિષયો (શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ, ગંધ)

।

પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો - પાંચ કર્મેન્દ્રિયો

।

સ્થૂળ શરીર

૨. મનની સ્થિતિ

હવે આપણે મનની સ્થિતિ વિશે અનુભવથી ટૂંકમાં સમજીએ. આપણાં આ સ્થૂળ દેહમાં મન ચાર અવસ્થાઓ ભોગવે છે.

(૧) જાગૃત્ત અવસ્થા

જયારે મન, ઈન્દ્રિયો અને તેના વિષયો સાથે ભ્રમણ કરે છે ત્યારે મનની જાગૃત્ત અવસ્થા કહેવાય છે. (મોટું સ્વપ્ન)

(૨) સ્વપ્ન અવસ્થા

જયારે મન ઈન્દ્રિયો અને તેના વિષયોથી પર થઈને માત્ર કલ્પનાઓ-વિચારો કરે છે અને પોતાની શકિતથી કલ્પનાઓ પ્રમાણે દશ્યની પ્રતીતિ(આભાસ)થાય છે ત્યારે મનની સ્વપ્ન અવસ્થા કહેવાય છે.(નાનું સ્વપ્ન)

(૩) સુશુપ્ત અવસ્થા

(અજ્ઞાન અવસ્થા) જયારે મન, ઈન્દ્રિયોથી અને કલ્પના કે વિચારોથી પર થઈને પોતાના મૂળ કેન્દ્ર (પ્રાણ)માં લય પામે છે ત્યારે તે સ્થિતિને મનની સુશુપ્ત સ્થિતિ કહેવાય.

(૪) તુરિયા સ્થિતિ

જયારે મન સુશુપ્ત સ્થિતિમાં જઈને પ્રાણ સાથે લય ન થઈને પોતે જાગૃત રહે છે પરંતું તે પોતાની ઉપરોકત ત્રણે અવસ્થા જેવી કે જાગૃત્ત-સ્વપ્ન -સુશુપ્તિથી પર રહીને જાગૃત્ત રહે છે. તે અવસ્થાને મનની ચોથી તુરિયા અવસ્થા કહેવાય છે. તેને સમાધિ પણ કહેવાય છે. તે અવસ્થા દરમ્યાન મનને અનાહત એટલે કે ઈન્દ્રિયો વગર મનને નાદ-પ્રકાશ-ગંધ-સ્પર્શ, રસનો અનુભવ થાય છે. આ ઈન્દ્રિયાતિત અવસ્થામાં વગર કાને સંભળાય છે. વગર આંખે જોઈ શકે છે. વગર જીભે રસાસ્વાદ મળે છે. વગર નાકે ગંધ માણી શકે છે. ચામડી વગર સ્પર્શનો અનુભવ થાય છે.

આમ ચારેય અવસ્થામાં મન જુદાં જુદાં અભિમાન ધરે છે. જેમકે જાગૃત્તમાં વિશ્વ દેહાધ્યાસ, સ્વપ્નમાં તેજસ (સુક્ષ્મ અહંકાર) સુશુપ્તમાં પ્રાજ્ઞ અભિમાન (અજ્ઞાન) તુરિયામાં બ્રહ્મનું અભિમાન.

હવે મનની સ્થિતિ વિશે વધારે ઊંડાણથી સમજીએ તો સામાન્ય રીતે મન ત્રણ અવસ્થામાં એટલે કે જાગૃત્ત, સ્વપ્ન, સુશુપ્તમાં જ રહેતું હોય છે. એટલે પોતાનામૂળ સ્વરૂપને ભૂલીને ભ્રાંતિથી અવિદ્યા વડે હું-મારું-રાગ-દ્વેષ-અભિનિવેશ વગેરે કલેશોથી ઘેરાય જાય છે અને સતત અજ્ઞાન અવસ્થા તથા ઈન્દ્રીયોની સાથે રહેવાથી તેનું ધ્યાન હંમેશા જગતના ઈન્દ્રિયોના વિષયોમાં રહે છે. વિષયોમાં ધ્યાન રહેવાથી આસકિત જન્મે છે. તેમ થવાથી કામનાઓનો જન્મ મનમાં થાય છે. બધી કામનાઓ કયારેય પણ પૂર્ણ રીતે સંતોષાતી નથી તેથી કરીને ક્રોધ ઉત્પન્ન થાય છે અને જો કામનાઓ સંતોષાણી હોય તેનાથી તેમાં લોભ ઉત્પન્ન થાય છે. આમ ક્રોધ અને લોભ થવાથી મનમાં મુઢપણું આવે છે. તેથી કરીને મનમાં રહેલી બુદ્ધિ (જ્ઞાન)નો નાશ થાય છે.

બુદ્ધિનો નાશ થવાથી મન વિનાશના માર્ગે ચડી જાય છે અને પોતે દુઃખી થાય છે. તથા જન્મ મરણના ચક્રમાં ફસાય જાય છે. અને ત્રિવિધ તાપમાં (આધિ-વ્યાધિ-ઉપાધિમાં)રહે છે. અને હંમેશા દુઃખ, ત્રાસ, વિપત્તિઓ, રાગ, ભય, ક્રોધ, મોહ વગેરે વિકારોથી પીડાય છે. અને સંસારના બંધનોમાં રહે છે. અને પોતાનું બંધનકારક જીવન વિતાવે છે. અને સાથે સાથે જીવને પણ બંધનમાં નાંખે છે. પરંતુ મન જો ચોથી અવસ્થા એટલે કે તુરિયા અવસ્થામાં હોય તો બ્રહ્મદશા એટલે કે પોતાની મૂળ અવસ્થાનો અનુભવ કરે છે.

મન જયારે તુરિયા અવસ્થામાં રહે છે ત્યારે તેની બુદ્ધિમાં જ્ઞાન પ્રકાશ થાય છે. આમ બુદ્ધિમાં જ્ઞાન થવાથી અજ્ઞાન અવિદ્યાનો નાશ થાય છે. અને અવિદ્યાનો નાશ થવાથી ખોટું પકડાયેલું હું-મારું-રાગ-દ્વેષ-અભિનિવેશ વગેરે કલેશો દૂર થાય છે. અને હૃદય (ચિત્ત)માં સુખ, શાંતિ, સંતોષ, આનંદ વગેરે વર્તાય છે. અને સત-અસત વચ્ચેનો વિવેક બુદ્ધિમાં પ્રગટ થાય છે. તે વિવેક વડે ચિત્તમાં વૈરાગ્ય ઉત્પન્ન થાય છે. તે અંતરના વૈરાગ્ય વડે ચિત્ત નિર્મળ થાય છે. ત્યારે પોતાના સ્વરૂપ એવા આત્માનો અપરોક્ષ અનુભવ થાય છે.

પરિબ્રહ્મ પરમાત્મા (અસ્તિત્ત્વ, સાક્ષી)

। સ્ફૂરણ થતાં

શુધ્ધ ચૈતન્ય(પ્રકાશ, વિમર્શ, આત્મા, નારાયણ સતનામ વિષ્ણુ)

।

ૐ કાર(પ્રણવનાદ, બ્રહ્મા, બ્રહ્મ, તત્ત્વ, વચન (મૂળ)

।

હંસો (અનાહતનાદ, પ્રાણ-અપાન, શિવ-શકિત, નામ (પશ્યંતિ વાણી)

।

મન (સંકલ્પ-વિકલ્પ, વિચાર, મધ્યમા વાણી)

(જગતના વિષયો તરફ થઈને બંધનોમાં પડે છે)

૩. મનનો લય

આમ જયારે મન પોતાના સ્વરૂપનો અનુભવ કરીને તેમાં સ્થિત થાય છે ત્યારે મનની બધી કામનાઓનો નાશ થાય છે અને શુધ્ધ, બુધ્ધ, મુહત થઈને પોતાના મૂળ સ્વરૂપ સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપે બને છે અને બધા બંધનોમાંથી મુકત થાય છે. તથા જન્મ-મરણનાં ચક્રમાંથી છુટીને આખરે નિર્વાણ પદ, કૈવલ્ય પદને પામે છે. આ રીતે જીવ મોક્ષ ગતિને પામીને પોતાનું કલ્યાણ કરે છે. તો આ ઉપરથી એમ સમજાય છે કે જીવે પોતાનું કલ્યાણ કરવું હોય અને કાયમના એટલે કે શાશ્વત સુખ, શાંતિ, સંતોષ, વિવેક મેળવવા હોય તો પોતાના મનને ચોથી અવસ્થામાં સ્થિર કરીને ચિત્તવૃત્તિનો નિરોધ કરવો કે જેથી ચિત્તમાં બ્રહ્મકારવૃત્તી રહે. આમ થવાથી આખું અંતઃકરણ એટલે કે ચિત્તમાં (કેન્દ્રમાં) રહેલ અહંકાર, બુધ્ધિ, મન વગેરેમાં રૂપાંતર થાય છે. તુરિયા અવસ્થા(સમાધિ)નો અભ્યાસ કરવાથી મન બ્રહ્મમાં સમાય જાય છે. **આ રીતે એટલે કે તુરિયા અવસ્થાનો અભ્યાસ કરવાથી મનનો બ્રહ્મમાં લય થાય છે** નિર્વિકલ્પ થાય છે. બુધ્ધિમાં પ્રકાશ થવાથી પ્રજ્ઞા સ્વરૂપે બને છે અને અહંકાર બ્રહ્મનું રૂપ ધારણ કરે છે. આમ જીવ જન્મ-મરણમાંથી છૂટીને શાશ્વત આનંદ, મુકત, જ્ઞાન સ્વરૂપ એવા બ્રહ્મપદને પામે છે અને જીવનમુકત થઈને રહે છે.

ઉપરોકત બધું સમજતા ફલિત થાય છે કે જો આપણે આ સંસારના બંધનો દુઃખ, અશાંતિ, રાગ, દ્વેષ, કામ, ક્રોધ વગેરે વિકારોમાંથી મુકત થઈને કાયમના સુખ મેળવવા હોય તો તે કાયમનો આનંદ આપણાં મૂળ સ્વરૂપ આત્મામાં જ છે. અને આપણો આત્મા અને બ્રહ્મ એક જ છે. જો આપણું મન આત્મસ્વરૂપે થાય તો જ બંધનમાંથી છૂટકારો મળે. માટે તેનો યોગ્ય અભ્યાસ કરે તો જ તે ચોથી તુરિયા અવસ્થામાં સ્થિર થાય અને બ્રહ્માકાર થઈને જીવ પણું મુકીને આત્મારૂપે થાય છે. એ જ મન જો સંકલ્પ વિકલ્પ કરીને અંદરના વિષયોમાં જાય અને ઈન્દ્રિયો મારફતે બહારના વિષયોમાં જાય તો તે જીવપણું પામીને દુઃખી થાય છે ને બંધનમાં પડે છે. પરંતુ અંદરના કે બહારના કોઈ પણ વિષયમાં ન જતા મન જો અંતરમુખી થઈને પોતાના મૂળ સ્વરૂપ એવા બ્રહ્મપદમાં રહે તો જીવન મુકત થઈને કાયમના સુખ મેળવીને નિર્વાણ (મોક્ષ કૈવલ્ય) પદને પામે છે.

આમ મનને અંતરમુખી બનાવવા માટે કે પોતાના મૂળસ્વરૂપ એવા આત્મામાં સ્થિતિ કરવા માટે ચોથી અવસ્થા (તુરિયા સમાધિ)માં સ્થિર કરવું પડે. એટલે કે ચિત્તમાં રહેલી વૃત્તિઓનો નિરોધ કરીને મૂળસ્વરૂપ એવા આત્મામાં મનનું મળી જવું તેને યોગ કહેવામાં આવે છે. ગીતામાં કહ્યાં પ્રમાણે યોગથી મન, ઈન્દ્રિયોને વશ કરીને પૂર્ણ રીતે સંયમી બનાવવાં જોઈએ કે જેથી બુદ્ધિ પ્રજ્ઞાવાન થાય છે.

મન પ્રસન્ન (આનંદી) થઈને બ્રહ્મમાં સમાય જાય છે. અને અહંકાર જવાથી રાગ, દ્વેષ છુટી જાય છે. જેથી મન બ્રહ્માકાર થવાથી પ્રસન્નતા પામે છે. અને બધા દુઃખોનો નાશ થાય છે. તથા બુદ્ધિ સ્થિતપ્રજ્ઞ થાય છે. બાકી મન જો અયોગી હોય એટલે કે પોતાના સ્વરૂપ સાથે જોડાયેલું ન હોય તો તેને આત્મબુદ્ધિ (પ્રજ્ઞા) હોતી નથી. તેથી બ્રહ્મભાવ કે આત્મભાવ થતો નથી. તેથી કરીને તેના જીવનમાં સુખ શાંતિ હોતાં નથી અને જીવન-મરણનાં ચક્રમાં ફસાય છે.

તા. ૨૭-૦૩-૨૦૨૧
ગોંડલ

બસ એ જ...
દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ,
જય ભગવાન

:::::-:::::

૫. યોગ

મનનું ઈશ્વર (આત્મા) સાથે જોડાણ થવું તેને મનનો આત્મા સાથેનો યોગ થયો કહેવાય. આ જગતમાં યોગ સાધના માટેના ઘણાં બધા પ્રકારો વિદ્યમાન છે. જેમ કે કર્મયોગ, ભકિત યોગ, ધ્યાન યોગ, હઠ યોગ, રાજ યોગ, સૂરતા શબ્દ યોગ, જ્ઞાન યોગ, સહજ યોગ, હંસ મંત્ર યોગ. વગેરે વગેરે પદ્ધતિઓ છે.

યોગ સાધવા માટે મુખ્ય ત્રણની જરુર પડે છે.

૧. **સાધક** : યોગ સાધનાર, મન
૨. **સાધના** : પદ્ધતિ, ઉપાસના, ધ્યાન, જ્ઞાન વગેરે
૩. **સાધ્ય** : આત્મા, ઈશ્વર, બ્રહ્મ

આ જગત પ્રત્યેની આપણી સમજ અને વલણ એવાં પ્રકારના છે કે તેની અંદર વિદ્યમાન રહેલો યોગ આપણે પારખી શકતાં નથી. આપણી બિલકુલ સામે જ કે સાથે જ આપણો આત્મા (ઈશ્વર) મોજુદ છે. અને તે આપણી સમક્ષ પ્રગટ રૂપે હાજર છે. છતાં પણ તેને આપણે જોઈ શકતા નથી. આનું કારણ છે આપણી અંદર વસેલું અતી જુનું પેલું અહમનું ભૂત. આ અહમ્નું ભૂત મનને વળગ્યું હોવાથી આપણાં સહજ યોગને ભૂલાવી દીધો છે.

આ અહમ્ શું છે ? આપણે સૌ હું પદથી વાકેફ છીએ. આપણાં સૌની અંદર તે સ્વાભાવિક રીતે વિદ્યમાન છે. અને તે શુધ્ધ છે. તે શુધ્ધ હું પદને જેમનું તેમ રહેવા દઈશું તો તે હું પદ ઈશ્વર જ છે. પરંતુ તે હું પદની પાછળ કંઈ ને કંઈ જોડતાં જ રહીએ છીએ અને જેવું આપણે તેમ કર્યું કે તે (હું) અહમ બની જાય છે. અને આપણી મુશ્કેલીઓની શરૂઆત થઈ જાય છે.

આમ શુધ્ધ હું(આત્મા)પોતાના સ્વસ્વરૂપ સિવાય બીજી કોઈ પણ વૃત્તિ સાથે પોતાના સંકલ્પ ધ્વારા એકતા(તાદાત્મ્ય)કેળવી લે છે ત્યારે તેને મન થયું કહેવાય છે. અને તે મન જીવપણામાં રહીને સુખ-દુઃખ હર્ષ શોક, જન્મ-મરણ વગેરે ભોગવે છે.

જો મન માત્ર શુધ્ધ અહં ચેતનમાં રહે તો તે ઈશ્વર જ છે. અને જયારે મન પુરુષ કે સ્ત્રી અથવા પ્રોફેસર કે ડોકટર, વકિલ, એન્જીનીયર વગેરે વગેરે કંઈક બની જાય છે ત્યારે આ શુધ્ધ અહં અહંકારનું રૂપ ધારણ કરે છે. આવી રીતે માયા કે અજ્ઞાનનો ભ્રમ પેદા થાય છે. અજ્ઞાન એ આપણાં પોતાના સ્વ સ્વરૂપ એવા આત્માનું વિસ્મરણ માત્ર છે. આપણાં પોતાના આત્માને ભૂલીને આપણે પોતાની જાતને કંઈકનું કંઈક સમજી બેસીએ છીએ એ જ અજ્ઞાન છે.

પાણીની સપાટી ઉપર જયારે શેવાળ બાઝી જાય છે ત્યારે આપણે પાણી જોઈ શકતા નથી. આકાશમાં જયારે વાદળ થાય છે ત્યારે આકાશ જોઈ શકતા નથી. આંખની કીકી ઉપર જયારે મોતિયાનું પડ જામે છે ત્યારે જેમ છે તેમ જોઈ શકાતું નથી. તેવી જ રીતે આ અહંકાર એ આપણાં આત્માને ઢાંકતો પડદો બાજી જાય છે અને અહંકારની છાયા આપણાં સાચા સ્વરૂપ (ચેતન, આત્મા, બ્રહ્મ) ને ઓળખવા દેતો નથી. અને આપણાં આત્માની દિવ્યતાનું દર્શન કરવા દેતો નથી. આપણાં દરેકનો આત્મા (ચેતન) વિધમાન હોવાં છતાં મનુષ્યો તેમને ઓળખી શકતા નથી. ભગવદ ગીતામાં ભગવાન પણ કહે છે કે તેઓ દરેકની અંદર આત્મસ્વરૂપે હાજર હોવા છતાં પણ મનુષ્યો તેમને ઓળખી શકતા નથી. કારણ કે આ અહંકાર, આસકિત અને ભ્રમને કારણે ઈન્દ્રિયો દ્વારા દોરવાય જાય છે. તેઓ પોતાને પાંચ કે છ ફૂટનો ઊંચો પુરુષ કે સ્ત્રી માને છે. અને તેને જ પોતાનું સાચું સ્વરૂપ સમજે છે. આવી (દેહાભ્યાસ) સમજથી જ તે સૌ કર્મો કરતા રહે છે. અને પોતાના સત્ય સ્વરૂપની વિસ્મૃત્તિ થાય છે. તેમને યાદ પણ આવતું નથી કે આ શરીરરૂપી નગરીમાં અવતરણ પામીને કેવા કેવા કાર્યો કરવાના છે ?

જીવનનો સાચો હેતુ શું છે ? આની સાચી સમજ નહી હોવાથી તેઓ ઈન્દ્રિયો પાછળ દોટ મારતા રહીને કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ જેવી લાગણીઓથી ઘેરાયેલા રહે છે. અને દેહ ધારણ કરનાર દેહીની બુદ્દિધનો નાશ થાય છે. ત્યારે બંધનમાં પડેલ જીવ બની જાય છે.

સાચું પૂછો તો અજ્ઞાન એ સાચી સમજનો અભાવ માત્ર છે. જયારે આપણાં વિશેની ખોટી સમજ દૂર થશે ત્યારે આપણો સહજ રીતે વિકાસ થશે. અને આપણને સ્વાભાવિક રીતે આત્માનું જ્ઞાન થશે. જયાં સુધી આપણને સાચા સ્વરૂપનું ભાન નહીં થાય ત્યાં સુધી આપણે એક અલ્પ,

સ્વલ્પ વ્યકિત, એક જીવ માત્ર છીએ. આપણે મૃત્યુના શિકાર બનેલા છીએ. ત્યાં સુધી સતત ઈર્ષા, ગર્વ, ભય, રાગ, ક્રોધના વિષય યુકત રસના ઘુંટડા પીધા કરીએ છીએ અને દુઃખી થઈ રહ્યાં છીએ.

જો એક જ વખત આપણને આપણાં આત્માનું ભાન (અપરોક્ષ અનુભવ) થાય તો આપણે આત્માનો અમૃતરસ, પરમાનંદનું અમૃત પીધા કરીશું. જેમ જેમ આપણે અંતરમુખી બનતા જઈએ તેમ તેમ આપણી અંતઃશકિત, આપણી અંદર રહેલ દિવ્ય ચેતના જાગૃત થશે. અને આપણે જીવ અથવા વ્યકિત મટીને શિવ - સ્વયં પરમેશ્વર બનતા જઈશું.

ખરી વાત તો એ જ છે કે આપણે આત્માને જાણીએ જ છીએ. દરેક મનુષ્યને પોતાના વિષયમાં સમજ હોય છે. કોણ કહેશે કે તે પોતાની જાતને ઓળ ખતો નથી ? કોણ કહેશે કે તેનામાં આત્માનો આનંદ, ખુશી નથી ? પોતામાં ખુશી આનંદ ન હોય તો પોતે જીવન કેવી રીતે જીવશે ? આપણી અંદર ઘણી જ સ્વાભાવિક રીતે આત્મા વસેલો છે. આપણે માત્ર તેને ઓળખવાની જ જરૂર છે.

સાચી સમજ, સાચી દૃષ્ટિ હોવી એટલું જ પૂરતું છે. આત્માની ખોજ માટે કઠિન તપસ્યા કે કઠિન સાધના કરવાની જરૂર જણાતી નથી. આત્માની પ્રાપ્તી માટે લોકો અનેક પ્રકારની સાધનાઓનો આશરો લે છે. કેટલાક લોકો શાંતિના નામે કડક કર્મકાંડ અને વિધિ વિધાનો આદરે છે. પરંતુ અંતે તેઓ પ્રાપ્ત કરે છે, વૃથા પ્રયાસ અને શ્રમ. બીજાઓ યોગના નામે પ્રાણાયામ જેવી પદ્ધતિઓ અજમાવે છે. પરંતુ પામે છે માત્ર શુષ્કતા. દરેક પોત પોતાની ઈચ્છા અનુસાર સાધના કરે છે. અને પોતાની સાધના સાચી છે એવો દાવો કરે છે. યોગી કહેશે કે મારો યોગ સાચો. બૌધ માર્ગી કહેશે કે અમારો બૌદ્ધ ધર્મ પ્રમાણિત છે. સંન્યાસી કહેશે કે મારો સંન્યાસ માર્ગ ખરો છે. સૂફી કહેશે કે મારો માર્ગ સાચો છે.

પરંતુ એક વાત બિલકુલ નિશ્ચિત છે કે આપણી અંદર સ્વાભાવિક રીતે આત્મા વસેલો છે. તે આત્માને પ્રાપ્ત કરવાની સાધના પણ બિલકુલ સહજ હોવી જોઈએ. તેના માટે કઠિન તપશ્ચર્યા આદરવી જોઈએ નહીં. તે સાધનાથી આપણાં શરીરને ત્રાસ ન થવો જોઈએ. તેનાથી આપણે ઘર-કુટુંબથી વિખુટા ન પડવા જોઈએ. તે સાધના આપણી ભૌતિક પ્રવૃત્તિઓમાં બાધારૂપ ન થવી જોઈએ. ઈશ્વર જગતથી ભિન્ન નથી. તેથી

આપણી સાધનામાં પણ જગતનો સમાવેશ હોવો જોઈએ. આપણે આ જગતમાં બધાની સાથે રહીને જ આપણી સાધના સરળતા અને પ્રેમ, શ્રદ્ધાપૂર્વક કરવી જોઈએ. આવી સહજ અને સરળ સાધનાનું અનુભવ જન્ય જ્ઞાન જેમની પાસે હોય તેવા જ્ઞાની પાસે જઈને સાધનાના જ્ઞાન વિજ્ઞાનની સંપૂર્ણ માહિતી મેળવીને તેમની દોરવણી હેઠળ સહજ સાધના કરવી જોઈએ.

માત્ર આટલું જ પૂરતું નથી. પણ એ સાધનામાં આપણને આપણી અંદર કંઈક અનુભૂતિ થવી જોઈએ. શરૂઆતમાં જ આપણને આત્માની નિદાન ઝાંખી થવી જોઈએ. કારણ કે ઈશ્વરની એક વખત પણ ઓળખાણ કે અનુભવ થાય તો જ આપણે તેનો પીછો કરીને અંતે તેને પ્રાપ્ત કરી શકીએ. વળી આપણો માર્ગ દરેકને માટે ખુલ્લો હોવો જોઈએ.

જે માર્ગ કે ધર્મ અમુક લોકોને તેમાંથી બાતલ (બાકાત) રાખે તે સાચો માર્ગ કે ધર્મ નથી. ઈશ્વર દરેકનો છે. અને દરેકની અંદર રહેલો છે. તેથી તેને પ્રાપ્ત કરવા માટે આપણે જે માર્ગ અપનાવીએ તે માર્ગ દરેક મનુષ્ય અપનાવી શકે તેવો હોવો જોઈએ. તે માર્ગમાં જાતિ, વર્ગ, ઉંમર, લિંગ અથવા દેશ, સંપ્રદાય વગેરેનું કોઈ બંધન કે મર્યાદા ન હોવી જોઈએ.

એક બીજી વાત પણ ઘણી મહત્ત્વની છે કે આપણે સહજ સાધનાનો જે માર્ગ સ્વીકારીએ તે માર્ગની સાધના કરીને કેટલાં મહાપુરુષો પોતાના આત્મ સ્વરૂપને પામીને જીવન મુકત થયેલા છે તે જાણી લેવું પણ બહુ જ જરૂરી છે. સત શાસ્ત્રો કહે છે કે સત્યની પ્રાપ્તિ કરવી હોય તો મહાપુરુષો જે માર્ગે ગયાં હોય તે જાણીતા માર્ગનું અનુસરણ કરવું જોઈએ. અને આપણાં ધ્યેય, લક્ષ્યની પ્રાપ્તિ કરી લેવી જોઈએ.

તા. ૧૨-૦૪-૨૦૨૧
ગોંડલ

બસ એ જ...
દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ,
જય ભગવાન.

:::::-:::::

૬. મંત્રો

શાસ્ત્રો અને સંતોએ આત્મ સાક્ષાત્કાર માટે અનેક પદ્ધતિઓનું નિરૂપણ કરેલ છે. આ કલિયુગમાં ઈશ્વરનું નામ સ્મરણ, મંત્રજાપ એ સૌથી સુગમ અને ઉચ્ચત્તમ માર્ગ છે એવું કહેવાય છે. **મંત્રનું રહસ્ય અતિ ગહન છે. મંત્રને સમજવો એ ઈશ્વરને ઓળખવા બરાબર છે.** હકિકતમાં શિવ સિદ્ધાંતના શાસ્ત્રો કહે છે કે મંત્ર મહેશ્વર, મંત્ર પરમેશ્વર છે. મંત્ર જ ઈશ્વરનું સ્વરૂપ છે. ઈશ્વરના નામ અને તેના સ્વરૂપ વિશે કોઈ ભેદ નથી.

મંત્રનું મૂળ નાદ છે. અને નાદ દ્વારા જ સૃષ્ટિની ઉત્પત્તી થઈ છે. એવું કહેવામાં આવ્યું છે. આદિ ભગવાન શબ્દ રાશિ ઈશ્વરનું પ્રથમ પ્રાગટ્ય નાદ રૂપે થયું આ આદિ નાદ ને જ સ્પંદ કહેવામાં આવે છે. વેદો, ઉપનિષદો તેને (ઓમકાર) પ્રણવનાદ કહે છે. સંતો તેને મૂળ વચન કહે છે. અને તેના થકી જ આ વિશ્વનું સર્જન થયું છે. અને તે હંમેશા સર્વત્ર વ્યાપીને સતત સ્પંદિત થતું રહે છે. અર્વાચિન ભૌતિકશાસ્ત્રીઓ પણ સહમત થયા છે કે વિશ્વના કેન્દ્રમાંથી એક સતત સ્પંદનનો પડઘો પડી રહયો છે. આ સ્પંદન માત્ર વિશ્વનું જ નહીં પરંતું માનવ માત્રનું મૂળ સ્રોત છે. અને તે આપણી અંદર ધડકી રહયું છે. આ અંતર સ્પંદન જ સાચો મંત્ર છે. એટલે મંત્ર સમગ્ર જગત અને સર્વ મનુષ્યોનો આધાર છે. એટલા માટે જ મંત્રના અતિ સુક્ષ્મ રહસ્યને સમજવું ખૂબ જ જરૂરી છે.

મોટા ભાગના લોકો ૐ નમઃશિવાય અથવા હરે રામ, હરે કૃષ્ણ, શ્રીકૃષ્ણ શરણં મમઃ જેવા બાહ્ય મંત્રો જપતા હોય છે. આ મંત્રો બહુ સારા છે પરંતુ તેમને ખરી રીતે મંત્ર ન કહી શકાય. સાચો મંત્ર એ માત્ર અક્ષર અને વર્ણનો સંયોગ નથી. એ એક અંતરસ્પંદન છે. કે જે મનના મૂળ સુધી ધબકતું હોય છે. **સાચું પૂછો તો અંતર આત્માની શુદ્ધ વિચાર રહિત સ્થિતિના અનુભવને જ મંત્ર કહી શકાય. મંત્ર એ રૂપ રહિત અને માયાથી પર એવો શુદ્ધ ચૈતન્ય છે. તેનું સ્વરૂપ જ્ઞાન છે.** આપણી અંદર અહં નો એક શુદ્ધ બોધ છે. તે અહં તેની સમજ તે શુદ્ધ અહં ચેતના કે જે અહં વિમર્શ અથવા પૂર્ણ અહં બોધ છે. તે જ આત્માનું સ્ફૂરણ છે, અને મંત્રનું પણ સાચું સ્ફૂરણ છે. આ સ્ફૂરણની દ્વારા જ આપણે પરમ તત્ત્વને વિશે ચિંતન કરી શકીએ છીએ અને તેનો પ્રત્યક્ષ બોધ અને અપરોક્ષ અનુભવ કરી શકાય છે.

જયારે મન તે સ્પંદનની અંદર ડૂબીને એકાકાર થઈ જાય છે ત્યારે તે સ્પંદન મંત્ર બની જાય છે. શિવ સૂત્ર કહે છે કે આવું અંતરમુખી મન એ મંત્ર જ છે **"ચિત્તમ મંત્ર"**. આ અંતઃસ્ફૂરણ એ જ સર્વ અક્ષર અને શબ્દોનું મૂળ છે. આ શુધ્ધ અહંબોધમાંથી જ મંત્રો સ્ફૂરે છે. જયારે **"ૐ નમઃશિવાય"** જેવો મંત્ર જપાય છે તે માત્ર જીભ સાથે જ મંત્ર જોડાય છે. પરંતુ તેને વસ્તુતઃ(જેમ છે તેમ)જાણવા માટે તેના મૂળ સ્રોત કે જે અહંનું અંતઃસ્ફૂરણ છે ત્યાં સુધી પહોંચાડવું જોઈએ.

સિધ્ધ યોગીઓ આ મૂળ સ્રોત સુધી પહોંચ્યા હોય છે. મંત્ર જપ કરતા કરતા તેઓ આત્મા સાથે (કે જે મૂળ સ્રોત છે) સંપર્ક સાધીને ત્યાં જ સ્થિત થયાં હોય છે. તેથી તો તેના શબ્દોમાં - વાણીમાં આત્મબળ વ્યાપ્ત થઈને રહેલું હોય છે.

નોંધ : અંતઃસ્પંદન ને અનાહતનાદ, ધ્વનાત્મક શબ્દ, નામ કે સ્વર કહેવામાં આવે છે. અને એ સ્વરમાંથી વ્યંજન અક્ષરનું રૂપ ધારણ કરે ત્યારે તેને વર્ણાત્મક શબ્દ કહેવામાં આવે છે. જેમ કે...

સ્વર - અ, આ, ઈ, ઉ, વગેરે.

વ્યંજન - ક, ખ, ગ, ઘ, ડ, ચ, વગેરે બારાખડી કહેવાય છે.

બધા નાદોનું મૂળ આ જે અંતઃસ્પંદન છે તેને શાસ્ત્રો પરાવાણી અથવા પરાવાક કહે છે. આ પરાવાણી સુધીની કક્ષા આપણા સૌની અંદર વિદ્યમાન છે. સામાન્ય રીતે આપણે માત્ર એક જ કક્ષાની વાણીને જાણીએ છીએ. જેવી રીતે આપણને આપણા સ્થૂળ શરીર અને ઈન્દ્રિયોનું જ જ્ઞાન હોય છે. તેવી રીતે આપણને માત્ર જડ, સ્થૂળ, જીભ, દ્વારા બોલાતી વાણીનું જ જ્ઞાન હોય છે.

છતાં પણ આ સ્થૂળ શરીર એ માત્ર જાગૃત્ત દશાનું જ શરીર છે. આ સ્થૂળ શરીરની અંદર એક સૂક્ષ્મ શરીર રહેલું છે. કે જેમાં આપણને સ્વપ્નો આવતા હોય છે. આપણુ અંતઃકરણ, મન-બુધ્ધિ, ચિત્ત, અહંકાર વગેરે સુક્ષ્મ શરીરમાં આવેલા હોય છે. તેથી આગળ એક કારણ શરીર છે. જેમાં આપણે એક ગાઢ સુશુપ્તિ અનુભવીએ છીએ. અને કારણ શરીરની આગળ એક મહાકારણ શરીર છે. તે શુધ્ધ પ્રકાશમય શરીર છે. જેમાં આપણને સાચું ધ્યાન અથવા તો તુરિયાદશાની અનુભૂતિ થાય છે. જેવી રીતે એકની અંદર એક એમ આપણાં ચાર શરીર છે તેવી રીતે આ ચારે શરીરો સાથે

સંકળાયેલી ચાર કક્ષાની વાણી આપણી પાસે છે. સ્થૂળ કક્ષાએ સ્થૂળ જીભ દ્વારા ઉચ્ચારેલી વાણીને વૈખરી વાણી કહે છે. બીજી કક્ષાની વાણીને મધ્યમા કહે છે. તેનો સંબંધ સુક્ષ્મ શરીર સાથે છે. અને તેનું સ્થાન કંઠ પ્રદેશ છે. ત્રીજી કક્ષાની વાણી જેને પશ્યંતિ કહે છે. તેનો સંબંધ કારણ શરીર સાથે છે. જેનું સ્થાન હૃદય પ્રદેશ છે. ચોથી અને ઉચ્ચકક્ષાની પરાવાણી જેનું સ્થાન નાભિ પ્રદેશ છે. તેને પરાવાણી કહે છે. આ પરાવાણીની કક્ષામાં નાદને શુધ્ધ, અપ્રગટચેતન અથવા તો આત્માની કક્ષામાં મુકી શકાય. તે પૂર્વથી પશ્ચિમ, ઉત્તરથી દક્ષિણ, ઉપરથી નીચે સુધી સર્વત્ર સર્વ વસ્તુમાં વ્યાપ્ત છે. તે આપણી સૌની અંદર પણ છે. તે અવિરત અનુકંપિત થઈ રહેલી અંતર સર્જનાત્મક ધડકન કે જે સ્પંદન કહેવામાં આવે છે તે છે. આપણું સમગ્ર વિશ્વ તથા તેની અંદર રહેલા સર્વ સ્વરૂપો આ પરાવાણીના સ્પંદનમાંથી ઉદ્‌ભવ્યાં છે. આ પરાવાણીની અંદર અનંત અક્ષરો, શબ્દો, અને વાકયો સ્પંદન રૂપે વિદ્યમાન છે. **જેવી રીતે મયૂરના ઈંડાના રસમાં મોર અને તેના અંગો તથા પીછામાં વિવિધ રંગો પેદા કરવાની અંતઃનિહિત શકિત હોય છે. તેવી રીતે આ પરાવાણીમાં સર્વ અક્ષરો અને શબ્દો અભિન્ન સ્વરૂપે, બીજ રૂપે રહેલા હોય છે. આ બીજ કે જેમાં સર્વ અક્ષરો રહેલા છે તે શુધ્ધ અહં છે. પૂર્ણ અહં ચેતના છે.**

પરાવાણીમાંથી સર્વ મંત્રો ઉદ્‌ભવે છે. સકળ વિશ્વનું સર્જન કરતી આ પરાવાણી (પ્રણવનાદ) જ પરાશકિત છે. કોઈ પણ અંતર્ગત આધાર વગર ચલન થવાની ક્રિયા કરવી તે તેનો સ્વભાવ છે. ઈશ્વર પ્રત્યભિજ્ઞા કહે છે કે આત્મા ગતિહીન છે. તે હંમેશા સ્થિર છે. પરંતુ પરાવાણી તેના ચલનશીલપણાનો ભાસ કરાવે છે. શિવ પરમતત્ત્વ એ સંપૂર્ણ રીતે શાંત છે. પરંતુ તેમની શકિત (પરાશકિત, કુંડલીની શકિત) ને કારણે તો એ ચલાયમાન થાય છે.

શકિતને કારણે જ શિવને પોતાના સ્વરૂપનો બોધ થાય છે. આ સ્વરૂપનો બોધ થવો તે જ અહં વિમર્શ, શુધ્ધ અહં - ચેતનાનું સ્પંદન છે. આ આત્મ બોધના પ્રથમ સ્પંદનથી જ વિશ્વનું પ્રથમ સર્જન આવિષ્કાર પામે છે. શુધ્ધ અહં એ જ પરાવાણી છે. તેથી પરાવાણી આત્માનું સર્જનાત્મક સ્ફૂરણ છે. આ જ અંતર શકિત દૈવી કુંડલીની છે. તે જ વિશ્વ ચેતના અને સર્વ વ્યાપી પરમ તત્ત્વ છે.

જયારે આ સ્પંદ તત્ત્વ જે અતિ સૂક્ષ્મ અને ગહન છે તે પ્રથમ ચલાયમાન

થાય છે ત્યારે પશ્યંતિ અને મધ્યમાં એવી બે વાણીની કક્ષાએ તેનો આવિષ્કાર થાય છે. પરાવાણીમાં નાદ કે જે શુધ્ધ સ્પંદની કક્ષાએ વિદ્યમાન રહેલો છે તે ધીમે ધીમે સ્થૂળ થતો જાય છે. અંતે તે જયારે વૈખરી કક્ષાએ પહોંચે છે એટલે કે સ્થૂળ વાણીમાં પરિણમે છે ત્યારે તે વિવિધ અક્ષરો અને શબ્દોનું રૂપ ધારણ કરે છે.

એટલા માટે અસંખ્ય શાસ્ત્રોની અંદર લખેલા ફકત મંત્ર જ નહીં પરંતુ દરેક અક્ષર, દરેક સ્વર-વ્યંજન, દરેક શબ્દ એ પરાવાણીનું સ્ફૂરણ માત્ર થઈને પ્રગટ થાય છે. આ જ કારણે બારાખડીને આટલું બધું મહત્વ આપવામાં આવે છે. આ પરાશકિત છે, પરાવાણી છે, જેણે બારાખડીના અક્ષરોનું રૂપ ધારણ કર્યું છે. અને તે સતત નાદરૂપે વ્યકત થાય છે.

પરમાત્મા-અસ્તિત્વ-શુધ્ધ વ્યાપકચેતન-મહાઆકાશ

| સ્ફૂરણ થતાં

પ્રણવનાદ-સ્પંદ તત્વ-પરાવાણી, વચન, ૐકાર, પરાશકિત(સ્થાન નાભિ)

|

અનાહતનાદ, પશ્યંતિ વાણી, ભાવવાણી,(હૃદય કેન્દ્ર)સ્થાન

|

નામ - (હંસો-સોહંગ)(પ્રાણ-અપાન)

|

મધ્યમાવાણી-વિચારવાણી(સ્થાનકંઠ)(કલ્પનાઓ, વિચારો, સંકલ્પો વગેરે)

|

વૈખરીવાણી(આખરે વર્ણાત્મક શબ્દો - સ્વર, વ્યંજન, વાકયોમાં રૂપાંતર કે જેને વૈખરીવાણી કહેવાય છે તે જીભ મારફતે બારાખડી રૂપે પ્રગટ થાય છે.)

ઉપરોકત રીતે બતાવવામાં આવ્યાં પ્રમાણે પ્રણવનાદનું જ સ્ફૂરણ થઈને અનાહતનાદ, વિચારવાણી અને આખરે વૈખરીવાણીમાં રૂપાંતર થઈને જીભ મારફતે શબ્દો દ્વારા વ્યકત થાય છે. એટલા માટે ભાણ સાહેબે કહયું છે કે...

જે બોલે છે ઈ બીજો નથી, છે પરમેશ્વર પોતે,

પણ અજ્ઞાની છે આંધળો, તે અળગો રહીને ગોતે,

સાચું નામ છે સાહેબનું, જુઠું નથી જરાય,
ભાણ કહે જો ભજી લે, તો ભારે કામ થાય.

કોઈ એક સંતે પણ કહ્યું છે કે...

ઈ નામને જાણો, જાણો નામનો ભેદ,
કે જે નામથી સૃષ્ટિ બનીને, બન્યા છે ચારે વેદ
હજારો નામ શ્રીહરિના, બધાય નામની સહી,
પણ જે નામથી નામી મળે, તે નામની કોકને ખબર થઈ.

તો સાચું નામ હંસો - સોહં કે જે આપણી અંદર સહજ રીતે ચાલી રહ્યું છે. (શ્વાસો-ઉચ્છવાસમાં અપાન અને પ્રાણ તે પ્રણવના જ સ્ફૂરણ છે)

શિવ સૂત્ર કહે છે કે, બારાખડીનો પ્રત્યેક અક્ષર એ ઈશ્વરનો વિગ્રહ છે. તંત્રોમાં પણ કહેવામાં આવ્યું છે,

મંત્રા વર્ણાત્મકા સર્વે ।
સર્વે વર્ણાઃ શિવાત્મકાઃ ॥

એટલે કે સર્વે મંત્રો વર્ણાત્મક અક્ષરના બનેલા છે. અને સર્વે અક્ષરો (વર્ણાત્મક) શિવનું સ્વરૂપ છે. આમ બારાખડીનો પ્રત્યેક અક્ષર એક વિશિષ્ટ શકિત છે. અને આ શકિતઓ ભેગી થઈને માતૃકા બને છે. તંત્ર સદાશિવમાં શિવ કહે છે કે,

સર્વે વર્ણાત્મકા મંત્રાસ્તે ચ શકત્યાત્મિકા પ્રિયે ।
શકિતસ્તુ માતૃકા જ્યા સા ચ જ્ઞેયા શિવાત્મિકા ॥

એટલે કે મંત્રો અક્ષરોના બનેલા છે અને તે શકિતરૂપ જ છે. શકિત બારાખડી રૂપે આવિષ્કાર પામે છે. અને તે રૂપે તેને માતૃકા જાણવી. આ માતૃકા ને પણ શિવનું જ સ્વરૂપ જાણવું. દરેક અક્ષર અને શબ્દ પરાવાણીમાંથી સ્ફૂરતા થાય છે. તે દિવ્ય મંત્ર છે. કારણ કે તે શકિતરૂપ છે. આ અંતરસ્પંદન દરેક શબ્દોમાં અંતર્નિહિત થાય છે. તેથી તો શબ્દોમાં આટલું બધુ સામર્થ્ય છે. (સતા-શકિત છે.)

મંત્રજાપમાં મનુષ્યને ચેતનાના તે આંતર સ્પંદન સાથે તાદાત્મ્ય પ્રાપ્ત કરવાનું સામર્થ્ય છે. આમ મંત્રમાં મનુષ્યની જીવ તરીકેની સંજ્ઞાને બદલીને તેને શિવમાં રૂપાંતરિત કરવાની ક્ષમતા સહજ રીતે રહેલી છે. કાશ્મિર શિવ સિદ્ધાંત

બે પ્રકારના તાદાત્મ્ય ભાવો વિશે કહે છે. એક તાદાત્મ્ય છે પરિમિત, શરીર અને ઈન્દ્રિયો સાથેનું અને બીજું છે શિવ પરમાત્મા સાથેનું. હું આ શરીર છુ. બદ્ધ છું એવા ભાવથી જીવન જીવવું એટલે કે હું આ શરીર રૂપે છું. (દેહાધ્યાસ) એવા ભાવથી જીવન જીવવું તેને પશુભાવ કહેવામાં આવે છે. પણ પોતાને આત્મા સમજીને એ ભાવે જીવન જીવવું તેને શિવભાવ એટલે કે ઈશ્વર સાથેનું તાદાત્મય કહેવાય. મંત્રની અંદર આ પશુભાવના (જીવભાવ), મર્યાદિત જ્ઞાનનો નાશ કરવાની અને મનને શિવ ભાવ સાથે એકાકાર કરવાની શકિત રહેલી છે.

એટલે જ મંત્રોને શિવનું સ્વરૂપ માનવામાં આવ્યું છે. આમ છતાં પણ આપણે જે મંત્ર જપીએ તે મંત્ર ગુરુ પાસેથી મેળવેલો હોવો જોઈએ. તે ચેતન મંત્ર ચેતનમય હોવો જોઈએ. તેની અંદર રહેલી શકિત સંપૂર્ણ રીતે જાગૃત્ત કરેલી હોવી જોઈએ. તે મંત્ર જડ હોવો જોઈએ નહીં. એટલે કે સત્તા વગરના માત્ર લુખા શબ્દો ન હોવાં જોઈએ.

તા. ૧૪-૦૪-૨૦૨૧
ગોંડલ

બસ એ જ...
દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ,
જય ભગવાન

:::::-:::::

૭. નામ સિધ્ધ કરવું

જેમ જેમ આપણે ગુરુએ આપેલો મંત્ર જપતા જઈએ તેમ તેમ તેના સ્પંદનો પ્રાણ સાથે ભળતા જશે. આ સ્પંદનો હૃદય સુધી પહોંચીને શરીરની સપ્ત ધાતુઓમાં વ્યાપીને શરીર અને મનને શુધ્ધ કરી નાખે છે. આમ શુધ્ધ ભાવે મંત્રનું રટણ કરતા રહેવાથી તે ક્રમશઃ વૈખરીમાંથી મધ્યમાની કક્ષાએ અને ત્યાંથી પછી પશ્યંતિ કક્ષાએ પહોંચશે અને જેમ જેમ તે વાણીના સુક્ષ્મથી સૂક્ષ્મતર સ્તરો પ્રસાર કરશે તેમ તેમ આપણી સુક્ષ્મથી પણ સુક્ષ્મ કક્ષાઓનું શુધ્ધિકરણ થશે. આમ પવિત્રભાવથી મંત્ર જપતા જપતા આપણે પરાવાણી સુધી પહોંચી જઈશું. અને ત્યાં આપણને આત્માનો સ્પર્શ થશે. તમે શુધ્ધ અહંની સ્થિતિ કે જેમાં તમે પોતે મંત્ર અને તમારો અંતર આત્મા ત્રણેય શુધ્ધ ચેતના રૂપે સ્પંદીત થતા અનુભવી શકશો. જ્યાં સુધી તમે સ્થૂળ કક્ષાએ મંત્ર જપતા રહેશો ત્યાં સુધી તમને તેનો એક નાદ અથવા અક્ષર રૂપે અનુભવ થશે. પરંતુ ગુરુની કૃપાથી આ સ્થિતિથી પણ ઉચ્ચ સ્તરે પહોંચશો ત્યારે તમને અક્ષરના દિવ્ય સ્વરૂપનો અંતરમાં સાક્ષાત્કાર થશે.

વૈખરી કક્ષાએ એટલે કે સ્થૂળ કક્ષાએ મંત્ર જપ થતાં સ્થૂળ શરીરની શુધ્ધિ થાય છે. આ પ્રક્રિયા દરમ્યાન ઘણીવાર તમને મંત્ર શકિતના સ્પંદનનો અનુભવ જીભને ટેરવે અથવા તો મુખની અંદર સ્પંદિત થશે. જેમ જેમ સ્થૂળ શરીરની શુધ્ધિ થશે તેમ તેમ મંત્ર ઊંડો ને ઊંડો ઉતરીને કંઠ પ્રદેશમાં તેનું રટણ થવાં લાગશે. આનો અર્થ એ છે કે મંત્ર હવે મધ્યમાવાણીની કક્ષાએ પહોંચ્યો છે. એટલે કે સુક્ષ્મ શરીરમાં તેનું કાર્ય શરૂ થયું છે.

આ સ્તરે જયારે મંત્રજાપ થાય છે ત્યારે દિવ્ય તંદ્રાવસ્થા, પરમ ચૈતન્યની સ્થિતિનો અનુભવ થાય છે. આ એક પ્રકારની આનંદમય નિદ્રા છે. જેમાં તમે ઘણાં પ્રકારના દૃષ્યો જોઈ શકશો. જયારે મંત્રનો જાપ સુક્ષ્મ શરીરમાં થાય છે ત્યારે મંત્રના દિવ્ય સ્વરૂપની તમને ઝાંખી થાય છે. અને એક નવા પ્રકારના સુખનો તમારી અંદર ઉદય થાય છે. આ તબકકે મંત્રની શકિતનું સામર્થ્ય વધતું જાય છે. આ કક્ષાએ એક મંત્ર જપની સંખ્યા સ્થૂળ કક્ષાના મંત્રની સંખ્યાથી સો ગણી થાય છે. સુક્ષ્મ શરીરનું શુધ્ધિકરણ થયા બાદ મંત્ર પશ્યંતિ વાણીની કક્ષાએ

પહોંચે છે. હવે તે હૃદયમાં જાપ થવા લાગે છે. જે કારણ શરીરનું સ્થાન છે. આ શરીરને સુશુપ્ત સ્થાન કહે છે. હૃદય એ મનનું ઉદ્‌ગમ સ્થાન છે. (પ્રાણનું કેન્દ્ર) આ જગ્યાએ જન્મ-મરણરૂપી બંધનમાં નાખનાર ઊંડા સંસ્કારોના બીજનો સંગ્રહ રહેલો હોય છે.

મંત્ર જયારે આ કક્ષાએ પહોંચે છે ત્યારે આ સુક્ષ્મ સંસ્કારોના બીજ દગ્ધ (બળી)જઈને તેની(હૃદયની)શુદ્ધિ થાય છે. કારણ શરીરમાં મંત્ર જાપ થાય છે. ત્યારે તમને ઘેરી નશા જેવી સ્થિતિનો અનુભવ થાય છે. અને અંતરમાં આનંદની ઊર્મિઓ ઊઠે છે.

અંતે કારણ શરીરની પૂર્ણ શુદ્ધિ થયાં બાદ જપ નાભિ સ્થાનમાં પરાવાણીની કક્ષાએ ઉતરે છે. અહીં તે આત્માને સ્પર્શે છે. તે તમને શુદ્ધ અહંની સ્થિતિ કે જયાં તમે મંત્ર અને તમારો અંતરાત્મા શુદ્ધ ચૈતન્યરૂપે એક સાથે સ્પંદિત થાય છે ત્યાં પહોંચાડે છે. હવે આત્માનો પ્રકાશ સ્વયં પ્રગટ થાય છે.

આ કક્ષાએ પહોંચ્યા બાદ મંત્ર પ્રયત્નપૂર્વક જપવો પડતો નથી. બલ્કે તે પરાશકિતના દિવ્ય સ્પંદનરૂપે, હું ના સંપૂર્ણ વિમર્શરૂપે અંતરમાં વિશુદ્ધ પણે ધબકતો અનુભવાય છે. વસ્તુતઃ પરાવાણીની કક્ષાએ થતો જપ એ મંત્ર જપ નથી. તે તો પૂર્ણહ વિમર્શનું સ્પંદન માત્ર છે. એ છે શુદ્ધ ચૈતન્ય શુદ્ધ આત્માનો અનુભવ. (આ કક્ષાને નામ સિદ્ધ થયું કહેવાય)

ભોલા નામના એક મહાન સંતે તેમના શ્રુતિકિટેર નામની છંદાવલીમાં પ્રગટ થયેલા કાવ્ય સંગ્રહમાં મંત્રના સંબંધમાં નીચે મુજબ લખ્યું છે. (કાવ્ય)

૧. લે મંત્ર તું સદ્‌ગુરુ સે સ્થાને, તું મંત્ર સે શાશ્વર બ્રહ્મ મને ધો થાય
તેરે સબ મંત્ર દેગા, નિર્દેશ્ય કુટસ્થ બતાય છે.

૨. સાડો ઘડી હી જપ મંત્ર પ્યારે, ના સ્વપ્ને ભી મનસે ભૂલા દે ।
ના શ્વાસે કોઈ જપ હીન જાયે, સોતે હુએ ભી જપ હી સૂહાવે ॥

૩. બ્રહ્માંડ સારા શુચિ મંત્ર, આકાશમેં સે ધ્વનિ મંત્ર આવે ।
ચૈતન્ય ગાવે, જડ મંત્ર ગાવે, ગાતે હુએ હી તબ દૃષ્ટિ આવે ॥

૪. કયા બાહ્ય કયા ભીતર મંત્ર બોલે, કયા પાસ કયા દૂર સ્વ મંત્ર બોલે ।
સર્વત્ર બોલે સબ કાલ બોલે, વાજીંત્ર બોલે સ્વર તાલ બોલે ॥

૫. હૈ મંત્ર હી કેવલ એક સચ્ચા, તલ્લીન હો જા ઉસ માંહિ બચ્ચા ।
નિર્ભિક હો નિર્મલ હોય જા રે, વિશ્વેશ કા હે સુતઃ દર્શ પારે ॥

કાવ્યનો ભાવાર્થ

હે ભાઈ તું શાણો થઈને સદ્‌ગુરુ પાસેથી મંત્ર લે, કારણ મંત્ર દ્વારા જ તને શાશ્વત બ્રહ્મનું જ્ઞાન થશે. આવો મંત્ર લેવાથી તારા સર્વે પાપો ધોવાઈ જશે. (નાશ પામશે) અને તને અવર્ણનિય અને અગમ્ય એવા કુટસ્થ બ્રહ્મનો આંતર બોધ થશે. દિવસ ને રાત સતત મંત્રનો જાપ ચાલુ રાખ. અરે સ્વપ્નમાં પણ તું મંત્રો જપવાનું ભૂલતો નહીં. નીદ્રામાં પણ તું જપ કરતો રહેજે. અખિલ બ્રહ્માંડમાં આ પવિત્ર મંત્ર ગુંજી રહ્યો છે.

આકાશમાં પણ મંત્રનો ધ્વનિ ગુંજતો રહે છે. તેની તને અનુભૂતિ થશે. પ્રત્યેક ચેતન પ્રાણીઓમાં અને જડ વસ્તુઓમાં આ મંત્ર ગુંજી રહયો છે. સર્વત્ર અને સતત વાજીંત્રોના સ્વરની માફક મંત્ર ધ્વનિનો તાલબધ્ધ ગુંજારવ, અંતર બાહ્ય, દૂર કે નજીકથી સંભળાતો હોય એવી અનુભૂતિ થશે. માટે હે ભાઈ નિર્ભય અને નિર્મલ ચિત્તે આ મંત્રના જપમાં તલ્લીન બની જઈશ તો તને સર્વત્ર વિશ્વેશ્વરના દર્શન થશે.

મંત્રમાં મહાન શકિત રહેલી છે. મંત્ર જ મહેશ્વર છે. આ સચરાચર જગતમાં જે કાંઈ વ્યાપેલું છે તે મૂર્તિમાન મંત્ર જ છે. અરે તમારો પ્રાણ જે કંઈ અંદર અને બહાર આવ-જા કરે છે તે મંત્રની શકિતને આધારે જ તેમ કરે છે. મંત્ર એ જીવન છે માટે મંત્ર સાથે તાદાત્મ્ય સાધો. તે તમારી અંદર સદા સ્ફૂરે છે. ત્યારે માત્ર એ સ્ફૂરણને અંદર સાંભળવાનું, અનુભવવાનું છે.

(અષ્ટાવક્રએ જનકને પણ કહેલું કે **"શ્રવણ માત્રેણ"**)

તા. ૧૪-૦૪-૨૦૨૧ બસ એ જ...
ગોંડલ દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ,
જય ભગવાન.

:::::-:::::

૮. હંસો

(સોહં-નામ-પ્રાણ-અપાન)

મંત્ર જપની પધ્ધતિનું વર્ણન છે કે જે સિધ્ધ પુરુષો એ ઉપદેશેલ છે અને આધ્યાત્મિક માર્ગમાં તે શ્રેષ્ઠ છે. તેનાથી આત્માની પ્રત્યક્ષ અનુભૂતિ થાય છે. તેનું જ્ઞાન ગુરુ-શિષ્યની અખંડ પરંપરાથી ઊતરી આવેલું છે. જો કોઈ મનુષ્ય સિધ્ધગુરુ પાસેથી આવો મંત્ર પ્રાપ્ત કરીને ગુરુના કહ્યાં પ્રમાણે તેનો જાપ, અભ્યાસ કરે તો તેને પૂર્ણત્વની સિધ્ધિની અવસ્થા પ્રાપ્ત થાય છે.

હંસ મંત્રની વિશિષ્ટતા એ છે કે તે કોઈને પણ ફળ આપે છે. અબાલ, વૃધ્ધ સૌ કોઈ, કોઈપણ દેશ અને ધર્મના લોકો આ મંત્ર સહેલાયથી અને સાહજીક રીતે જપી શકે છે. સામાન્ય વહેવારિક જીવન વિતાવતા પણ આ મંત્રનો જપ કરી શકાય છે. કે જે પ્રાપ્ત થવાથી સર્વ કાંઈ પ્રાપ્ત થઈ જાય છે. જેના દર્શનથી સર્વ કાંઈ દ્દશ્યમાન થઈ જાય છે. અને જેને જાણવાથી સર્વનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત થઈ જાય છે.

હંસ એ સહજ મંત્ર છે. એવા બીજા કેટલાય મંત્રો છે કે જે જીભથી રટી શકાય છે. ઘણાં મંત્રો છે કે જે માળાનાં મણકા સાથે જપી શકાય છે. પણ હંસો આ પ્રકારનો મંત્ર નથી. હંસો મંત્ર તો આપણાં શ્વાચ્છોશ્વાસ સાથે આપણી અંદરથી સ્વયં સ્ફૂરે છે. અને સહજ રીતે જપાય છે. માટે કહેવામાં આવ્યું છે તે આપણો પોતાનો મંત્ર છે. અથવા તો આપણાં અંતર આત્માનો અવાજ છે. (પ્રણવનાદ-આસમાની અવાજ, વચન, નામ વગેરે).વેદોમાં આ મંત્રને ઉત્તમ ગણવામાં આવ્યો છે. તેમ શાસ્ત્રોમાં અને સિધ્ધ યોગીઓએ પણ તેની વાણીમાં તેનો મહિમા ગાઈને હંસ મંત્રની પ્રશંસા કરી છે.

વિજ્ઞાન ભૈરવ નામના શૈવમતના એક અતિમહાન ગ્રંથમાં હંસ મંત્રનું વિજ્ઞાન રહસ્ય પ્રગટ કરવામાં આવેલું છે. ભારતમાં એવી પ્રણાલિકા છે કે આધ્યાત્મિકતાના ક્ષેત્રમાં જે કંઈ પણ કહેવામાં આવ્યું હોય તેનું પ્રમાણ તમારે શાસ્ત્રોના આધારે આપવું પડે. કારણ શાસ્ત્રોને જ પ્રમાણભૂત માનવામાં આવ્યાં છે. તમે કોઈ પણ પ્રકારનું કથન આધ્યાત્મિક બાબતમાં કરો તો લોકો પૂછશે કે કયા શાસ્ત્રના આધારે તમારી વાત પ્રમાણિત થાય છે. જો તમે કહેશો કે મારું કથન કોઈ દર્શન શાસ્ત્રના આધારે નથી તો તમે જે કાંઈ કહેશો તે સ્વીકારવાની ના પાડશો.

વિજ્ઞાન ભૈરવ એ અનેક શાસ્ત્રમાંનું એક ઉચ્ચ શાસ્ત્ર છે. ઘણાં શાસ્ત્રીઓને પોતાના કથનની સત્યતાના પૂરાવાની ખાત્રી આપવી હોય ત્યારે તેઓ તેમાંથી ઉદાહરણો આપે છે. પ્રત્યેક શાસ્ત્રોનો કોઈ લેખક હોવો જોઈએ. વિજ્ઞાન ભૈરવ આમાં અપવાદરૂપ નથી. વિજ્ઞાન ભૈરવનો અર્થ છે ભૈરવનું જ્ઞાન. આ એક આગમ છે. આગમ એટલે શિવ કે જે શંકર અથવા તો ભૈરવના નામથી પણ ઓળખાય છે. અને જેને વિશ્વનું પરમ તત્ત્વ પણ કહેવાય છે. તેમના મુખમાંથી(શિવના મુખેથી)બહાર આવ્યું છે.(પરાવાણી રૂપે).ભારતનું શાસ્ત્ર હોવા છતાં પણ તે ભારતના અથવા બીજા કોઈ ખાસ વિશિષ્ટ દેશ અથવા જાતિની આગવી મિલકત નથી. તે માત્ર ચૈતન્ય વિષયક છે. અને તેમાં ચેતનાનું નિરૂપણ કરવામાં આવ્યું છે. પરમ તત્ત્વ કે જે આપણો પોતાનો આત્મા છે તે કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરી શકાય તેનું વર્ણન તે કરે છે.

વિજ્ઞાન ભૈરવ તે ગુરુ-શિષ્યના સંવાદ રૂપે છે. ગુરુ ભૈરવ છે અને તેમની સહધર્મચારીણી ભૈરવી કે જે વિશ્વ જનની છે તેને શકિત અથવા તો શિવની સર્જનાત્મક શકિત પણ કહેવાય છે. તે શિષ્યા છે. આમ આ શિવ-શકિત, કે ભૈરવ-ભૈરવી વચ્ચે થયેલ સંવાદ છે કે જેને ગુરુગીતા પણ કહેવાય છે.

ભૈરવ પાસેથી નિર્ગુણ-નિરાકાર પરમ સત્યનું વર્ણન સાંભળ્યાં પછી ભૈરવી તેમને તે પરમ અને ગુઢ અંતર તત્ત્વ જાણવાનો સીધો અને સરળ ઉપાય શું છે તે બતાવવાની પ્રાર્થના કરે છે. તેનો આ પ્રશ્ન સર્વે લોકો માટે ઉપકારક છે. આ યુગમાં લોકો માટે કઠિન સાધના અને તપશ્ચર્યા કરવી દૂષ્કર હોવાથી એક એવો માર્ગ શોધવાની જરૂર છે કે જેથી આપણે આપણું વ્યાવહારિક જીવન જીવતા આપણાં કામ ધંધો અથવા કુટુંબનો ત્યાગ કર્યા વગર અથવા તો અતિ શ્રમયુકત પ્રયત્ન કર્યા વગર તેને સરળ અને સહજ રીતે અપનાવીને અનુસરણ કરી શકીએ.

આ જ કારણસર ભૈરવીનો પ્રશ્ન ઘણો ઉપયોગી છે. શિવે ઉત્તરમાં સત્યની પ્રાપ્તિ માટે ૧૧૨ સરળ પ્રક્રિયાનું વર્ણન કર્યું છે. **આ પ્રક્રિયાઓને ધારણા કહેવામાં આવે છે. ધારણાનો અર્થ આપણી અંદર રહેલા ઈશ્વરને ધારણ કરવાનો બોધ.** વિજ્ઞાન ભૈરવમાં આવી ધારણાઓ જ આપેલી છે. આમાં પ્રથમ ધારણા સર્વોત્કૃષ્ટ છે. તે અતિસુંદર અને ખૂબ જ સરળ પણ છે. આ છે હંસનો બોધ. કે જે દરેક મનુષ્યમાં અંતર્નિહિત(સતત-અંત વગરનો)છે.

આ જે લખાણ કરવામાં આવ્યું છે તેમાં તે ધારણા પરની ટીકા ટૂંકમાં કહેલ છે. તેને અતિ સુક્ષ્મતાથી વાંચો અને તેની ઉપર ઊંડા ને ઊંડા ઉતરી મનન કરો. આમાનાં શબ્દોને સાચી રીતે સમજશો તો તમને તમારી દિવ્યતાનું જ્ઞાન થશે.

શિવ કહે છે...ઉર્ધ્વે પ્રાણો

પરાદેવી કે જેનો સ્વભાવ સર્જન કરવાનો છે તે શરીરની મધ્યમાંથી (કેન્દ્રમાંથી)સતત શ્વાસ દ્વારા ઉર્ધ્વગમન કરે છે અને ઉચ્છવાસ દ્વારા અધઃગમન કરે છે.

શાંતિથી બેસો અને બહાર જતા અને અંદર આવતા શ્વાસને નિહાળ્યાં કરો. બહાર જતાં શ્વાસને પ્રાણ કહે છે અને અંદર પ્રવેશતા શ્વાસને અપાન કહે છે. અપાનને જીવ અથવા જીવાત્મા પણ કહે છે. કારણ કે જયાં સુધી અપાન શરીરમાં પ્રવેશ કરે છે ત્યાં સુધી જ શરીરમાં જીવ છે. એમ કહી શકાય. જો પ્રાણ બહાર ચાલી જાય અને અપાન પ્રવેશ ન કરે તો શરીર માત્ર શબ બની જાય છે.

જયારે અપાન અંદર પ્રવેશે ત્યારે તે નીચે હૃદયમાં ઉતરે છે. જયારે પ્રાણ બહાર નિકળે છે ત્યારે તે ઉપર ચઢે છે. આમ શ્વાસ ઉપર ચઢે છે અને નીચે ઉતરે છે. જયારે શ્વાસ અંદર અને બહાર જાય છે ત્યારે તે અવાજ કરે છે. જયારે તે અંદર આવે છે ત્યારે હું અવાજ કરે છે, અને જયારે તે બહાર જાય છે ત્યારે તે સઃ અવાજ કરે છે. આમ અંદર જતો અને બહાર આવતો શ્વાસ હંસ મંત્રનું રટણ કરી રહ્યો છે.

હંસ મંત્રના વિષયમાં આપણે એટલું સમજી લેવું જોઈએ કે આ સહજ જાપ છે. સહજ મંત્ર જાપ છે. આપણને તેનું ભાન હોય કે ન હોય તો પણ આ મંત્ર આપણી અંદર સૈદેવ ચાલી રહયો છે. માત્ર આપણી જ નહીં પરંતુ પ્રાણી માત્રમાં ચાલી રહયો છે અને તેની સ્ફૂરણા થકી જ સર્વે પ્રાણીઓ જીવિત રહે છે. માનવ શરીરમાં દિવસમાં (ર૪ કલાક) ર૧૬૦૦ વખત શ્વાસ અંદર જાય છે અને બહાર આવે છે.

અને દરેક વખતે આ મંત્રનો જાપ થાય છે. આપણે માનીએ છીએ કે આપણે અમુક સમયે જ મંત્ર જપીએ છીએ. પરંતુ સત્ય એ છે કે દિવસમાં ર૧૬૦૦ વખત આ મંત્રનું રટણ સહજ રીતે ચાલુ જ છે. જ્ઞાનીજનોની મંત્રજાપ વિશેની આવી સમજ હોય છે. મહાન સંત કબીર આ સહજ જાપનું વર્ણ કરતા તેમના એક કાવ્યમાં કહે છે કે...

કર ન જપુ, માલા ન જપુ, મુખ સે ન બોલું રામ ।
રામ હમારા જપ કો જપે, મૈં બૈઠ કર કરું આરામ ॥

હું માળાનાં મણકા સાથે મંત્ર નથી જપતો, હું જીભથી પણ મંત્ર નથી ઉચ્ચારતો, મારો મંત્ર મારો રામ જાતે જપે છે, જ્યારે હું તો આરામથી તેને સાંભળી રહ્યો છું.

આનું નામ તે અજપા જાપ. સામાન્ય લોકો બાહ્ય જપ જપતા હોય છે. કાં તો મંત્ર જોરથી ઘાંટો પાડીને અથવા તો મનમાં જપતા હોય છે. પરંતુ આપણી અંદર આ મંત્રનું સહજ રીતે રટણ થતું હોય છે. જે મનુષ્ય હું અને સઃ એવા અવાજ સાથે શ્વાસને અંદર આવતો અને બહાર જતો નિરંતર નિહાળ્યા કરે છે તે અજપા જાપ કરી રહયો છે એમ કહેવાય. હંસ મંત્ર જપવાની આ જ સાચી રીત છે.

હંસ મંત્રના જપને અજપા ગાયત્રી પણ કહે છે. અજપા ગાયત્રી એ જ હંસ મંત્ર છે કે જે શ્વાસો-શ્વાસ સાથે થયાં કરે છે. હંસ મંત્ર એ સ્વયંભૂ મંત્ર છે. કોઈપણ ઋષિએ એને શોધ્યો નથી. તેમ કોઈ યોગીએ પણ તેને બનાવ્યો નથી. જ્યારે આપણે માના ઉદરમાં (ગર્ભમાં) હોઈએ છીએ ત્યારે ભગવાન જાતે આ મંત્રની દિક્ષા આપે છે. ગર્ભ ઉપનિષદમાં કહ્યું છે કે ગર્ભ જ્યારે એક મહિનાનો થાય છે ત્યારે જીવને તેના ભૂત અને ભવિષ્યકાળનું જ્ઞાન થાય છે. તેને ખબર પડી જાય છે કે પોતે કોણ હતો અને હવે શું થવાનો છે. તેના મનઃ ચક્ષુ (અંતરદૃષ્ટિ) સમક્ષ તેના પૂર્વ જન્મોનું ચિત્રપટ રજુ થાય છે. ત્યારે તે ગભરાય જાય છે અને ચંચલતાથી અહીં-તહીં અંદર ફરકવા માંડે છે. પરંતુ ગર્ભ જે દિશામાં જાય છે ત્યાં તે આપત્તિમાં આવી પડે છે. જ્યારે તે ઉપર ચઢે છે ત્યારે હોજરી પાસે આવે છે અને તેને જઠરાગ્નિનો તાપ લાગે છે. ત્યાંથી આગળ વધીને મૂત્રપિંડ (કીડની) સાથે ટકરાય છે. ત્યારે ખારાશ અનુભવે છે. તેથી તેના આઘાતથી દૂર ખસી જાય છે. અને દુર્ગંધ મારતા આંતરડાઓની પાસે જાય છે. તો દુર્ગંધનો સામનો કરવો પડે છે. આમ તે નિરંતર ઘુમ્યાં કરે છે. અને જ્યાં જ્યાં તે જાય છે ત્યાં ત્યાં નવી મુશ્કેલીનો સામનો કરવો પડે છે. આખરે ગર્ભ કંટાળીને ઈશ્વરને પોકારીને મદદ કરવા માટે પ્રાર્થના કરે છે.

પણ ઈશ્વર આત્મારૂપે ત્યાં જ હોય છે અને આ બધુ સાક્ષીભાવે નિહાળતો જ હોય છે. અંતે જીવ કંટાળીને રડતો-કકળતો ઈશ્વરને શરણે જાય છે.

ત્યારે ઈશ્વર તેના ઉપર અનુગ્રહ કરે છે અને તેને સોહં મંત્રનો ઉપદેશ આપે છે. **જેનો અર્થ તે હું જ છું અને એ જ હંસ મંત્ર છે.**

ગર્ભવાસમાં મંત્ર જપ કરતાં કરતાં જીવને પરમ તત્ત્વ સાથેના તાદાત્મ્યનું ભાન થાય છે. તે સોહં બોધની પ્રતીતિમાં ડુબી જાય છે. એ બોધ જ એનું સાચું સ્વરૂપ છે. તેથી તે શાંત અને ગંભીર બની (બ્રહ્મદશામાં) રહે છે. નવ માસ પૂર્ણ થતાં તે માતાના ઉદરમાંથી બહાર ધકેલાય જાય છે. ત્યારે બહાર નિકળતાની સાથે જ જન્મની પીડાને લઈને કોહું કોહું અવાજ કરતો રડવા માંડે છે. ઈશ્વરે આપેલો ઉપદેશ અને પ્રાપ્ત કરેલું જ્ઞાનનું વિસ્મરણ થાય છે.

સોહંની સભાનતા તે ગુમાવી બેસે છે. અને કોહું કોહું-હું કોણ છું ? હું કોણ છું ? એવાં પોકારો કરવા માંડે છે. તે જ ક્ષણથી પોતે પોતાની જાતનું જુદી જુદી રીતે તાદાત્મ્ય સાધવા માંડે છે. અને કહે છે કે હું આ દેહ છું, અમુક જાતિનો છું, સ્ત્રી છું, પુરુષ છું, હું પાપી છું, ગરીબ છું, હું ધનવાન છું, હું ડોકટર છું, હું વકીલ છું વગેરે વગેરે...આવી જાતની પોતાના વિશેની ખોટી સમજની જડ ઘાલે છે.(માની લેવામાં આવે છે.)અને સારી જીંદગી તદનુસાર વ્યતિત કરીને દુઃખી થાય છે.

છતાંય હર હંમેશ હંસ મંત્ર તો ચાલુ જ રહે છે. જેવો બાળક ગર્ભમાંથી બહાર પડે છે તેવો તે પહેલો શ્વાસ બહાર કાઢે છે અને પછી હું અવાજની સાથે શ્વાસ અંદર લે છે. ત્યારથી જ મંત્રનું રટણ સ્વયં ચાલ્યા કરે છે. આ મંત્રની દિક્ષા પહેલેથી પોતાને મળી ચૂકી છે તે વાતનું તેને વિસ્મરણ થાય છે. તેથી જ મનુષ્ય ગુરુ પાસે જાય છે અને ફરીથી દિક્ષા લે છે.

પરંતુ મંત્ર તો અંતરમાં નિરંતર ચાલ્યાં જ કરે છે. તે વિસ્મૃતિનું અનુભવી ગુરુ ફરીથી સ્મૃતિ કરાવીને તે વિશેનો બોધ આપે છે. અને હંસ મંત્રનું રટણ કેમ કરવું તેનું વિજ્ઞાન બતાવે છે. અને મંત્ર તો અંતરમાં નિરંતર ચાલ્યાં જ કરે છે તેને માત્ર એટલું જ કરવાનું છે કે તેના પ્રત્યે તે સદાય જાગૃત્ત રહે.

તા. ૧૯-૦૪-૨૦૨૧ બસ એ જ...

ગોંડલ. દાસાનુંદાસ દિલસુખનાં

સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ,

જય ભગવાન.

૯. પ્રાણ

હંસ મંત્રનું રહસ્ય પામતા પહેલા પ્રાણનું રહસ્ય સમજવું જોઈએ. પ્રાણ એ જીવંત શકિત છે. તેથી મનુષ્યે તેનું મૂલ્ય ઓછું નહીં આંકવું જોઈએ. આપણાં જીવનનું એ દિવ્ય કારણ છે. શરીરનો આધાર પ્રાણ છે. એક વાર પ્રાણ શરીરને છોડીને બહાર નિકળી જાય તો શરીર શબ બની જાય છે અને કોઈને તેની સામે નજર કરવાનું પણ ગમતું નથી. વસ્તુતઃ પ્રાણ એ માનવ જીવનનો આધાર જ નહીં પરંતુ સમગ્ર વિશ્વની અતિ આવશ્યક જીવંત શકિત છે. તે સમગ્ર વિશ્વમાં વ્યાપીને તેનો આધાર બને છે. પ્રાણને કારણે જ પ્રાણી માત્ર જીવીત છે. વૃક્ષો અને પર્વતો પણ તેના આધારે અસ્તિત્વમાં છે. શૈવ સિધ્ધાંત અનુસાર શિવથી માંડીને એક નાનામાં નાની કીડી સુધી સર્વે કોઈ પ્રાણના આધારે જ જીવંત છે.

આ પ્રાણ એક જ છે પરંતુ માનવ શરીરમાં તે પાંચ રૂપ ધારણ કરે છે. કે જે પ્રાણ, અપાન, સમાન, વ્યાન ને ઉદાનના નામે કહેવાય છે. આ પાંચ રૂપમાં તે શરીરની ૭૨૦૦ નાડીઓમાં વહી રહ્યો છે. અને જીવનનો વહેવાર ચલાવી રહ્યો છે. સર્વનો આધાર આ પ્રાણ છે.

જયારે બાળક જન્મે છે ત્યારે તેનું નાભિ સાથે જોડાયેલ નાડ મારફતે કુંડલીની શકિત (શિવની શકિત, મહા આકાશ, ઈશ્વર વગેરે) દ્વારા જીવંત હતું તે નાડને કાપીને તે શકિતનો પ્રવાહ બંધ કરીને હવામાં રહેલા વ્યાપક પ્રાણ સાથે જોડાણ કરીને પ્રાણને શરીરમાં શ્વાસનાડી મારફતે દાખલ કરવામાં આવે છે. આ ક્રિયાને શાસ્ત્રોમાં પ્રાણ પ્રતિષ્ઠા કહેવામાં આવે છે. આમ પ્રાણ સ્વયં જીવન છે. પ્રાણ શરીરની અંદર અને બહાર જતો અટકી જાય તો સમજવું કે મનુષ્ય કાં તો સમાધિ અવસ્થામાં છે અથવા તો મૃત્યુ પામ્યો છે. કોના આધારે પ્રાણ અંદર અને બહાર આવ-જા કરે છે ? આપણે પોતે તો શ્વાસને(પ્રાણને)શરીરની અંદર અને બહાર લઈ જતાં નથી. **શ્વાસોચ્છવાસની ક્રિયા તો આપો આપ ઈશ્વર ઈચ્છાથી થાય છે.**

શ્વાસ અંદર જઈને હૃદયમાં જઈને અટકી જશે તો શું થશે ? પણ આમ થતું નથી. કારણકે એક એવી શકિત છે કે જે શ્વાસને અંદર રોકવા દેતી નથી. આપણે રોકવા મથીએ તો પણ તે શકિત તેને બહાર ધકેલી દેશે. તેવી જ રીતે શ્વાસ અંદરથી ઉભરાઈને બહાર જાય છે. ત્યારે તે બહાર જ થંભી જતો નથી. એક એવી શકિત

છે કે જે તેને અંદર ખેંચી લે છે. જે શકિત શ્વાસને અંદર અને બહાર લઈ જાય છે તે પરમ ચિત્તિ-પરા શકિત છે. જે ચિત્તિશકિત આ વિશ્વનું સર્જન કરે છે તે જ ચિત્તિ શકિત શ્વાસને અંદર અને બહાર ધકેલે છે. વસ્તુતઃ શાસ્ત્રો કહે છે કે વિશ્વ વ્યાપી ચૈતન્ય પોતે જ શ્વાસ રૂપે અંદર અને બહાર જાય છે. ઉપનિષદો પણ કહે છે કે પ્રાણ એ ઈશ્વર છે. શૈવ સિધ્ધાંતો કહે છે કે વિશ્વવ્યાપી ચૈતન્ય જ પ્રાણ બને છે.

વિશ્વના સર્જનની પ્રક્રિયા દરમ્યાન પરમ ચેતનનું પ્રાણમાં રૂપાંતર થઈને તે દરેકમાં પ્રવેશે છે. તે નાદ અથવા શબ્દ બને છે. અને સાથે સાથે પ્રાણ બને છે. આ પરમ ચૈતન્ય આપણો પ્રાણ બન્યો તે જ આપણી જીવનશકિત છે. આમ શરીરમાં શ્વાસ અંદર લેતી વખતે અને બહાર કાઢતી વખતે જે અવાજ થાય છે તે પરમ ચૈતન્યવાણી છે.

આ વિશ્વવ્યાપીની શકિત પોતાના અસ્તિત્વમાંથી સારાય વિશ્વનું સર્જન કરે છે અને આ જ શકિત જયારે માનવ શરીરમાં વસે છે ત્યારે તે કુંડલીનીને નામે ઓળખાય છે. વિજ્ઞાન ભૈરવમાં શિવ આ જ કહે છે. કુંડલની પોતે જ હંસમંત્ર જપે છે. હંસમંત્ર જ ઈશ્વરનો સાચો અવાજ છે.

પરમ ચૈતન્યનું આ ઉચ્ચારણ જે સતત ચાલું છે અને જેને શ્વાસ પ્રશ્વાસનના નામે આપણે ઓળખીએ છીએ તે સ્પંદિત થઈ રહયું છે. શૈવસિધ્ધાંત અનુસાર આ સ્પંદન જ અંતર બાહ્ય સૃષ્ટિનું સર્જન કરે છે. આ વિશ્વ શબ્દબ્રહ્મ, મૂળસ્પંદ કે આદિદિવ્યનાદ(ઓમ, પ્રણવનાદ, ઓહંગ)માંથી પ્રગટ થયું છે. આદિનાદ ઓહં માંથી બે અક્ષરો સ અને હં નિકળ્યા અને આ બે અક્ષરોમાંથી વિશ્વનો જન્મ થયો. તેથી બે અક્ષરો જે સ અને હં નિકળ્યા તે શરીરમાં શ્વાસ અંદર જતાં અને બહાર આવતા અંતર ચેતના ઉચ્ચારે છે. તે જ અખિલ બ્રહ્માંડનું પ્રગટીકરણ કરનાર આદિનાદનું સ્પંદન છે.

પરમાત્મા (વ્યાપક ચેતના, અખિલ ચેતના)

। સ્ફૂરણા થતાં

દિવ્યનાદ (મૂળ સ્પંદ (ઓમ) મૂળ વચન (બ્રહ્માંડનું કેન્દ્ર, સમષ્ટીનું કેન્દ્ર)

। (પરાવાણી) (નાભિ પ્રદેશમાં)

અનાહતનાદ (સઃ હં) (સોહંમ, પ્રાણ-અપાન, પશ્યંતિવાણી (હૃદય પ્રદેશમાં)

।

વિચારવાણી (સંકલ્પ - વિકલ્પ, મધ્યમાવાણી (કંઠ પ્રદેશમાં)

।

વર્ણાત્મકવાણી (સ્વર-અ, આ, ઈ, ઉ વગેરે...અક્ષરો વ્યંજન-ક, ખ, ગ, ઘ, વગેરે... બારાખડી, વૈખરીવાણી (મુખમાંથી જીવદ્વારા)

શબ્દો - વાકયો વગેરે ઉચ્ચારણો કે જેમાંથી

।

ચાર વેદ (ઉપનિષદ, શાસ્ત્રો, સંતવાણી વગેરે...)

।

વિશ્વનું સર્જન (ઉત્પત્તિ)

।

પાલન (સ્થિતિ)

।

વિસર્જન (ઉપસમ્)

ઉપરોકત બધાં સ્વરૂપો ચેતનમાંથી થયેલા હોય ચેતનના વિવર્ત સ્વરૂપો છે. જેમ કે પાણીમાંથી થયેલ તરંગો, મોજાઓ, વમળો, પરપોટાઓ, ફીણ, વાદળા, વરાળ, બરફ, નદી, સરોવર વગેરે પાણીના જ વિવર્ત છે. તેવી જ રીતે શિવ સિધ્ધાંત અનુસાર આ દશ્યમાન જગત એ વિવિધ સ્પંદનો અને વિવિધ પ્રકારના નાદોના સંયોગીકરણમાંથી ઉદભવ્યું છે.

આ નાદ વિશ્વનો આધાર છે. તે સંસ્કૃત બારાખડીના બાવન અક્ષરોનો ધ્વનિ છે. વિશ્વના સર્જનની પ્રક્રિયામાં બારાખડીના જે જુદા જુદા અક્ષરોને આપણે જાણીએ છીએ તે અક્ષરોની જુદી જુદી ધ્વનિઓ રૂપે ચેતન શકિતનો આવિષ્કાર થાય છે. આ અક્ષરોને માતૃકા કહેવાય છે. જયારે પરમ ચૈતન્ય અક્ષરોનું સ્વરૂપ ધારણ કરે છે ત્યારે તેને **માતૃકા શકિત** કહેવાય છે.

આ અક્ષરો માતૃકાનો સમૂહ એ દરેક પ્રકારની સમજનું અને જ્ઞાનનું તથા અંતર

બાહ્ય જગતની સૃષ્ટિનું કારણ છે. અને હં અને સઃ એ આ બધાં અક્ષરોનો સ્રોત છે. અને આ બે અક્ષરોમાંથી જ બીજા બધાં ધ્વનિઓ નિકળે છે. તેથી હં અને સઃ જે પ્રાણની સાથે ઊઠે છે અને સમે છે તે જ ખરી રીતે વિશ્વનું મૂળ સ્રોત છે. આ બે અક્ષરોમાંથી બીજા જે અનેક પ્રકારના ધ્વનિઓ ઉઠે છે તેનું સ્વરૂપ આ સમગ્ર વિશ્વ છે. ગુરુગીતા કહે છે કે, હં અને સઃ એ વિશ્વનું ઉગમ સ્થાન છે.

શબ્દો બાહ્ય જગતનું મૂળ કેવી રીતે છે તે સમજવાનું જરા અઘરું લાગશે પરંતુ આપણાં અંતર જગતનું મૂળ એ બારાખડીના અક્ષરો ઉપર નિર્ભર છે. તે સમજવામાં જરા પણ મુશ્કેલી નહીં લાગે. શિવસુત્રમાં એક સુત્ર છે.

જ્ઞાનાધિષ્ઠાનં માતૃકા ॥

માતૃકા એટલે બારાખડીના અક્ષરોમાં રહેલી સ્વાભાવિક શકિત. એ સીમિત જ્ઞાનનું કારણ છે. સીમિત જ્ઞાન એ ભેદાત્મક જ્ઞાન છે, વ્યવહારિક અથવા દ્વૈત પેદા કરનાર જ્ઞાન છે અને માતૃકા એ આ પ્રકારના જ્ઞાનની જનની છે. તે સર્વ ભાષા, કાવ્યો અને શાસ્ત્રોની જનની છે. આ માતૃકા શકિત દ્વારા અક્ષરોમાંથી શબ્દો બને છે. શબ્દોમાંથી વાકયો બને છે. વાકયોમાંથી અર્થ નીકળે છે. અને તેમાંથી સમજ (જ્ઞાન)નો પ્રાદુર્ભાવ થાય છે.

શબ્દો જ આપણામાં સર્વ પ્રકારની લાગણી પેદા કરે છે. આપણાં હૃદયમાં ઉદ્‌ભવતી ભિન્ન ભિન્ન લાગણીઓ અને વિચારોનું મૂળ આ શબ્દોની શકિત જ છે. શબ્દોની શકિતથી જ આપણે સુખ-દુઃખ, સારુ-નરસુ, પૂણ્ય-પાપ જેવા દ્વંદ્વો અનુભવીએ છીએ. કોઈને પાપી કહેશો તો તેમને અપમાન લાગશે. અને તે લજ્જા પામે છે. પરંતુ જો કોઈને સારા ધર્મી છો એમ કહેવામાં આવે તો તે ખુશી આનંદ અનુભવશે.

આમ આ દ્વંદ્વ શબ્દો જ સર્જે છે. અને આ દ્વંદ્વને કારણે જ આપણે સુખ કે દુઃખ અનુભવીએ છીએ. આ સર્વ લાગણીઓ અને અવસ્થાઓ માત્ર હું અને સઃ બે અક્ષરોની જ લીલા છે. કારણ આ બધાં અક્ષરો, શબ્દો, વાકયો એમાંથી જ ઉદ્‌ભવ્યાં છે.

આ અક્ષરોના સાચા સ્વરૂપનું જ્ઞાન નહી હોવાથી આપણે તેના થકી બધ્ધ થયાં છીએ. જયારે તેના સાચા સ્વરૂપનું જ્ઞાન થાય છે ત્યારે તે શબ્દોમાં આપણને બંધનમાં જકડવાની શકિત રહેતી નથી. **હું નો ધ્વનિ કે જે શ્વાસ અંદર લેતી વખતે અંદર પ્રવેશે છે તે જ શિવ છે, શુધ્ધ અહં ચેતના છે. તે જ આપણો અંતર આત્મા છે. અને શ્વાસ બહાર નીકળતા જે સઃ ધ્વનિ નીકળે છે તે જ શકિત છે,**

ઈશ્વરની સર્જનાત્મક શકિત છે. ''સ્પંદકારિકા'' કહે છે કે શકિતનું પ્રથમ સ્પંદન, પ્રથમ ચલણ એ સઃ કહેવાય છે. આમ શ્વાસ અને ઉચ્છવાસ એ શિવ અને શકિતનું કે ઈશ્વર અને તેની સર્જનાત્મક શકિતનું નૃત્ય છે.

આ પરાશકિત જયારે અંદર જાય છે ત્યારે હું એવો અવાજ કરે છે. અને બહાર નીકળે છે ત્યારે સઃ એવો અવાજ કરે છે. આવી રીતે અનેક સૃષ્ટિનું સર્જન અને વિલય તે પરાશકિત કરતી રહે છે. **સાચી સમજ દ્વારા જયારે આની પ્રતીતિ થશે ત્યારે આ સત્ય તરત જ લાધશે (સમજાશે). હંસમંત્રનું રહસ્ય સમજવાથી આપણને આત્માનું જ્ઞાન થાય છે. કવિ સુંદરદાસે કહ્યું છે કે આત્મા પરમાત્મા છે. આત્મા ચૈતન્ય છે. અને આત્મા સદૈવ નિજ મંત્ર સોહં-સોહં નું રટણ કરે છે. હંસ મંત્ર સર્વ જ્ઞાનનું મુળ છે. માટે જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવું હોય તો હંસ મંત્રનો જાપ કરવો જોઈએ.**

શબ્દોનું રટણ સારી રીતે સમજનાર કવિ કાલિદાસ કહે છે કે ભૌતિક અથવા તો આધ્યાત્મિક જીવનમાં શબ્દો વાપર્યા સિવાય આપણે કંઈ પણ સમજી શકતા નથી. શબ્દો વગર આપણે કોઈ પણ પ્રવૃત્તિ કરી શકતા નથી. મુંગો માણસ પણ સાંકેતિક ભાષામાં એક બીજા સાથે વાતચિત કરે છે.

જેનું કોઈ નામ હોય અથવા સંજ્ઞા હોય તે જ વસ્તુનું આપણે વર્ણન કરી શકીએ છીએ. અને જયારે અક્ષરો ભેગા થઈ શબ્દ બને ત્યારે જ તેમાંથી અર્થ નિકળે છે. ભૌતિક જીવનમાં શબ્દો દ્વારા જ વસ્તુનું જ્ઞાન થાય છે અને તેથી શબ્દ અને વસ્તુનું જ્ઞાન અભિન્ન છે. તે જ પ્રમાણે આ બે અક્ષરો હું અને સઃ માં ઈશ્વરનું જ્ઞાન સમાયેલું છે.

તેથી આપણે જો આ મંત્ર ફળે તેમ ઈચ્છતાં હોઈએ તો આપણે તેના વિશે સાચી સમજ કેળવવી જોઈએ. આ દુનિયામાં દરેક જણ હંસ મંત્ર જપે છે. પરંતુ મોટા ભાગના લોકોને તેનું ફળ મળતું નથી. આનું કારણ એ છે કે લોકોને તેના વિશે સાચી સમજ નથી. **શિવ સિધ્ધાંત કહે છે કે પૃથક મંત્રઃ પૃથક મંત્રી ન સિધ્યાન્તિ કદાચન ॥ એટલે કે મંત્ર અને મંત્ર જપનાર બંને અલગ છે એવો ભાવ સેવવાથી મંત્ર ફળતો નથી.**

મંત્ર અને મંત્ર જપનાર વચ્ચે ભિન્નતાનો ભાવ ન હોવો જોઈએ. હંસ મંત્રના રટણમાં મંત્ર સ્વયં પ્રગટ થાય છે અને મંત્રનું ધ્યેય અથવા તો લક્ષ્ય

આત્મા છે. તેથી આત્મા જ મંત્ર જપે છે, આત્મા જ મંત્રનું લક્ષ્ય છે અને આતમાના રટવા(જપવા)થી જે પ્રાપ્તિ થવાની છે તે આત્મા જ છે. જયારે મંત્ર, મંત્રજાપ કરનાર અને મંત્રનું લક્ષ્ય ત્રણેય એક થઈ જાય છે એટલે કે અભિન્નત્વ સાધે છે ત્યારે મંત્રના ફળની પ્રાપ્તિ થાય છે. મંત્રના રટણની આ જ રીત છે. આ જ પધ્ધતિ છે. એકનાથ મહારાજ કહેતા હતાં કે હું જ ઈશ્વર છું, હું જ ભકત છું અને તેની પૂજાની સામગ્રી પણ હું જ છું. તેવી જ રીતે જયારે આપણું મન હંસ મંત્ર જપે ત્યારે તેને યાદ રાખવું જોઈએ કે પોતે જ મંત્ર છે અને મંત્રનું લક્ષ્ય પણ પોતે જ છે. આપણે સતત યાદ રાખવું જોઈએ કે આપણે પોતે જ એટલે કે આપણો આત્મા જ પરબ્રહ્મ છે. આપણે પોતે જ શિવ છીએ, આપણે પોતે જ પરમાત્મા છીએ.

શિવ સિધ્ધાંત કહે છે કે સોહંનું ચિંતન એ આપણાં પોતાના આત્માનું જ્ઞાન છે. તેથી આપણે આ જપની પ્રતીતિ (અનુભૂતિ) આપણી સર્વે પ્રવૃત્તિઓ સાથે સાંકળ ીને કરી લેવી જોઈએ. આપણી અંદર મંત્ર ચાલી રહયો છે તેવી પ્રતીતિ જયાં સુધી ન થાય ત્યાં સુધી મંત્રજાપ કરવો જોઈએ. શાંત ચિત્તે બેસીને શ્વાસોચ્છવાસ વડે આ બે અક્ષરો જોડીને મંત્રજાપ કરવાથી આખરે સમજ પડશે કે મંત્ર પોતાની મેળે સ્વયંભૂ થાય છે (ચાલે છે). શ્વાસ અંદર જતાં અને બહાર આવતાં આ મંત્ર સંભળાવા માંડશે.

પરંતુ મંત્રને માત્ર સાંભળવો એટલું જ પૂરતું નથી. હંસ અર્થ બોધ કરતાં કંઈક વિશેષ પણ છે. આ આપણે સ્પષ્ટ સમજવાની જરૂર છે. કારણ કે આ રહસ્ય તિક્ષ્ણ અને કુશાગ્ર બુધ્ધિવાળાને જ સમજાય છે. જેમ જેમ શ્વાસને અંદર આવતાં અને બહાર જતાં નિહાળીએ તેમ તેમ જણાશે કે જયારે તે અંદર આવે છે ત્યારે બાર(૧૨) આંગળી જેટલા અંતરે અંદર આવીને લય પામે છે. જયાં તે લય પામે છે તે સ્થાનને હૃદય કહે છે. અથવા તો આંતર દ્વાદશાંત કહે છે. તેને શિવ દ્વાદશાંત પણ કહે છે.

શ્વાસ અહીં લય પામીને ફરી પાછો ઉદ્ભવ પામીને બાર આંગળા જેટલાં અંતરે બહાર જઈને બાહ્ય આકાશમાં લય પામે છે. આ બાહ્ય આકાશને બાહ્ય દ્વાદશાંત, કે શકિત દ્વાદશાંત અથવા બાહ્ય હૃદય (બાહ્ય કુંભકનું સ્થાન). અહીં હૃદય શબ્દનો અર્થ ભૌતિક સ્થૂળ ઈન્દ્રિય એવો નથી કરવાનો. હૃદય એટલે એવું સ્થાન જયાં અંદર આવી અને બહાર જઈ શ્વાસ લય પામે છે.(તેને કુંભકનું સ્થાન પણ કહેવાય છે)**ખરી રીતે તો આ બે સ્થાનો(આંતર-બાહ્ય કુંભકના સ્થાનો)એક જ છે. આપણી અંદર રહેલા દેહાભિમાનને(અહંકારને)લીધે જ**

આ અંદર અને બહારના સ્થાનની ભિન્નતા વિદ્યમાન છે. જેવા આપણે દેહાભિમાનથી પર થઈ જઈએ છીએ કે તરત જ આ બે સ્થાનો એક બીજામાં લય પામે છે. હંસ મંત્રના જાપથી આ સહજ થાય છે.

જ્યારે શ્વાસ હં અવાજ સાથે અંદર પ્રવેશીને લય પામે છે ત્યારે એક એવી ક્ષણનું બિંદુ આવે છે કે જ્યારે મન એકદમ શાંત અને વિચાર વિહિન દશામાં હોય છે. આ છે મધ્યદશા કે પ્રાણ અપાન વચ્ચેનું સ્થાન. ત્યારે ધ્યાન અહીં જ કેન્દ્રિત કરવાનું હોય છે. આ લય સ્થાન પર ધ્યાનને કેન્દ્રિત કર્યા વગર જો તમે મંત્રજાપ જ કર્યા કરશો તો કંઈ ફળ મળશે નહીં.(રેતી પીલવા જેવું થાય. તેમાંથી તેલ નીકળે નહીં)પરંતુ લય સ્થાન ઉપર જ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરશો તો તે ઉચ્ચત્તમ ધ્યાન અને સર્વોત્તમ જ્ઞાનની સ્થિતિ ગણાશે.

પ્રાણ-અપાન વચ્ચેની શાંત અવસ્થા કે જ્યાં કોઈ પણ વિચાર અસ્તિત્વ ધરાવતો નથી તે જ આપણાં મંત્રનું સાચુ લક્ષ્ય છે. આ ચમત્કારિક સ્થાન છે. આ જ અહં વિમર્શ ચેતનાનું આંતર સ્પંદન છે. આ જ સ્થાનેથી શબ્દો સ્ફૂરે છે. અને ત્યાં જ લય પામે છે.(એ ગેબમાંથી ગેબી બોલે છે એમ કહેવાય છે)આ નિરાકાર સ્થાન અપાનને અંદર ખેંચે છે અને પ્રાણને બહાર ધકેલે છે.

આ જ સ્થાન જ્યાં હં લય પામે છે. અને હજી સઃ નો ઉદય થયો નથી. ત્યાં જ ઈશ્વરનો કે ચેતનાનો અથવા આત્માનો વાસ છે.(ઈશ્વર, ચેતના કે આત્મા એકબીજાના પર્યાય શબ્દો છે.)જે સ્થાને સઃ બહાર લય પામે છે તે પણ ઈશ્વરનું સ્થાન છે. તો આ બે અક્ષરો લય પામે છે તે ક્ષણને ઓળખો. જો તમે ક્ષણને ઓળખીને તેમાં જ સ્થિર થઈ જશો તો તમને સત્યનો(ઈશ્વરનો)સાક્ષાત્કાર થશે.

આ જ હંસ વિદ્યા, હંસ વિજ્ઞાન છે. આ માત્ર સહજ મંત્ર જાપ જ નથી. આ એક નૈસર્ગિક પ્રાણાયામ છે. યોગ શાસ્ત્રો અનેક પ્રકારના પ્રાણાયામો અને કુંભકનો ઉલ્લેખ કરે છે. યોગીઓ મનને શાંત રાખવા માટે પ્રાણાયામ કરે છે. તેઓ કુંભક પણ કરે છે. કારણ કે જ્યારે શ્વાસ થંભાવવામાં આવે છે ત્યારે સમાધિ પ્રાપ્ત થાય છે.

શૈવ મત જણાવે છે કે પ્રાણાયામ અને કુંભક ઈશ્વરની પ્રેરણાથી નૈસર્ગિક રીતે થવા જોઈએ. વસ્તુતઃ તે સ્વયં થતાં હોય છે. કોણ પ્રાણાયામ નથી કરતું ?

દિવસ અને રાત સતત શ્વાસ ઉચ્છવાસ અને કુંભક થતાં રહે છે. આ છે નૈસર્ગિક પ્રાણાયામ. સહજ કુંભક. તેથી પ્રાણાયામની ખાસ વિશિષ્ટ પદ્ધતિનો અભ્યાસ કરવાનો રહે છે કે શ્વાસ કેવી રીતે ચાલી રહયો છે. આપણે પ્રયત્નપૂર્વક કશું કરવાનું નથી. આપણાં શ્વાસનું પણ નિયમન કરવાની જરૂર નથી. સહજ રીતે તેને અંદર લો અને બહાર કાઢો.

શ્વાસ થંભાવવાની પણ જરુર નથી. માત્ર શ્વાસ અને ઉચ્છવાસ વચ્ચે અવકાશ રહે છે તે પ્રત્યે જ સજાગ રહેવાનું છે. અંદર અને બહાર આ બે અક્ષરો જ્યારે લય પામે છે ત્યારે જે શાંત સ્તબ્ધ અવસ્થા ઉદ્ભવે છે તે સહજ કુંભક છે. જેમ જેમ આપણે હંસમંત્રનો અભ્યાસ કરતા જઈશું તેમ તેમ શ્વાસ સ્તંભનનો સમય આપોઆપ વિસ્તાર પામતો જશે.

કુંભકનો વિસ્તાર સહજ રીતે થાય છે.(સમયગાળો સહજ રીતે વધે છે)જ્યાં સુધી શ્વાસ નિશ્ચલ રહે છે ત્યાં સુધી આપણને આત્માની અનુભૂતિ થાય છે. આ જ સમાધિ અવસ્થા છે. ત્યાંથી જ પરમાનંદનો ઉદ્ભવ થાય છે.

હંસમંત્ર જપવાનો હેતુ, આ સ્થિતિ કે જેમાં શ્વાસ લય પામે છે તે પ્રાપ્ત કરવાનો છે. આને જ સહજ સ્થિતિ કહેવાય છે કે જેમાં કુંભક પોતાની મેળાયે આપોઆપ થાય છે. આ જ સહજ યોગ છે. આ જ સિદ્ધ યોગ છે. તે સર્વોત્કૃષ્ટ છે. આ યોગ અતિ બુદ્ધિમાન મનુષ્યને માટે જ છે. કારણ કે ખૂબ જ સરળ હોવા છતાં પણ જેનામાં ઉત્તમ સમજદારી હોય તે જ તેને પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

રંગનાથ મહારાજ નામે એક મહાન સંત થઈ ગયાં. તેમનું કથન છે કે તેમાં (આત્મામાં)લીન થવાનું કળા કૌશલ્ય દરેક જણ ન શીખી શકે. તે ખૂબ જ સહેલું છે તો પણ દરેકને સહજ અને તત્ક્ષણ(તે જ ક્ષણે)અનાયસ(વગર પ્રયત્ને)રીતે આત્મલીન કેવી રીતે થવું તે સમજાતું નથી. તેઓ વધુમાં કહે છે કે માત્ર જેની પર ગુરુની કૃપા થઈ હોય તે જ આ યુકિતને પામીને સંસાર પાશનું છેદન કરી શકે છે. એનો અર્થ એ નથી કે તમારે કલાક-બે કલાક બેસીને કુંભક કરવો. જેથી આત્માની પ્રાપ્તિ થાય. **માત્ર એકાદ ક્ષણ પણ કુંભકની પ્રાપ્તિ માટે પુરતી છે.**

શાસ્ત્રકારોએ શ્વાસ થંભી જવાની એ શાંત ક્ષણનું મુલ્ય આંક્યું છે. તેમણે કહ્યું છે કે એકવાર મંત્ર જપવો એ એક લાખ વખત ભગવાનનું નામ ગાવા (બોલવા) બરાબર છે. પરંતુ જે શાંત સ્થિતિમાં (સ્થિર) એકાદ ક્ષણ

પણ ધ્યાનમાં લીન થાય છે તે એક લાખવાર મંત્ર જપવા બરાબર છે. આ સ્થાન અસીમ શાંત છે. તેમાં કોઈ વિચાર, કલ્પના કે ભાવ હોતો નથી. તે સંપૂર્ણ નિરાકાર અને સંજ્ઞાહીન સ્થાન છે. આ સ્થિતિમાં કોઈ દુઃખ, કોઈ સુખ, જડત્વ અથવા અજ્ઞાન પ્રવર્તતુ નથી. આ જ સર્વોચ્ચ સત્યની સ્થિતિ છે. પરમ યોગ છે. જે ક્ષણે લયની સ્થિતી આવે છે તે જ ક્ષણે સહજ કુંભક થાય છે. જે ક્ષણે હં બહાર નિકળીને સઃ થઈને હજી ઊઠયો નથી તે જ સાચો મંત્ર છે. **આ અક્ષરો હં અને સઃ મંત્ર નથી પરંતુ આ બે અક્ષરોનું લય સ્થાન એ જ સાચો મંત્ર છે.**

(હં અને સઃ એ વર્ણાત્મક અક્ષર છે પણ તેનું મૂળ કે જે ધ્વનાત્મક અનાહદ નાદ છે તે સહજ કુંભકના ક્ષણે થાય છે. તે જ સાચો મંત્ર છે. કે જે ઈશ્વર બોલે છે. તેને નાદબ્રહ્મ પણ કહેવામાં આવે છે. તે સૂરતા વડે સંભળાય છે. તે સાંભળવા માટે કર્ણની જરૂર નથી. એટલા માટે તેને ઈન્દ્રિયાતિત પણ કહેવાય છે)

કેટલીક વખત લોકોના મનમાં ગુંચવડો ઉભો થાય છે કે હંસ મંત્ર જપવો કે સોહં મંત્ર જપવો. પરંતુ આવી શંકા અસ્થાને છે. કારણ કે હંસ એ જ સોહં અને સોહં એ જ હંસ છે. આ બે અક્ષરોમાં કોઈ તફાવત નથી. અથવા તો તેમના અર્થમાં પણ ભેદ નથી.

માત્ર અક્ષરો જ ઉલટાવેલા છે. હંસો એટલે હું તે છું એવો અર્થ થાય છે. અને સોહં એટલે તે હું છું એવો અર્થ થાય છે. તો તેમાં કોઈ તફાવત નથી. તમને જે ગમે તે મંત્રનો તમારા ગુરુએ જે મંત્ર તમને આપ્યો હોય તેનો ઉપયોગ કરી શકો છો. **શ્વાસ અંદર લેતા હું અને બહાર કાઢતા સઃ નો ઉપયોગ કરવો.**

મુખ્ય અગત્યની વસ્તુઓ એ છે કે આ બે અક્ષરો જયાં ઉદ્દભવે છે અને લય પામે છે તે સ્થાનનો તમને પરિચય થશે. **આ છે ઈશ્વરત્વ પામવાની સ્થિતિ અને આ દિવ્ય અવસ્થામાં પહોંચવા માટે જ આપણે આ માત્ર બે અક્ષરોની સહાય લઈએ છીએ.**(હંસ મંત્રરૂપી નાવમાં બેસીને સામે કાંઠે પહોંચવું એટલે જ સહજ કુંભક. કે જયાં સતત અનાહતનાદ ગુંજી રહયો છે ત્યાં પહોંચવું) આ બે અક્ષરો વચ્ચેની લય અવસ્થા પ્રાપ્ત ન થાય ત્યાં સુધી મંત્ર જાપ કર્યા કરવો.

પરંતુ ભૂલતા નહીં કે મંત્ર જાપનો ખરો ઉદ્દેશ કે સાચું લક્ષ્ય આ અવસ્થાની પ્રાપ્તિ છે.(કે જયાં બંને અક્ષરો લય પામે છે. સહજ કુંભક અવસ્થા કે જયાં

અનાહતનાદ ચાલી રહ્યો સ. તે મંત્ર ઈશ્વર જપે છે અને સૂરતા સાંભળે છે તેને અજપા જાપ કહેવાય છે.)

બ્રહ્માનંદ સ્વામીએ તેની વાણીમાં પણ કહયું છે કે...

૧. મૂળ વચન મહેશ્વરા, મૂળ વચનમાં વસે છે ગુણેશા,
એવા મૂળ વચન કરી લ્યો પાકા - જપી જાપ અખંડ અજપા.

૨. એમાં ઓહંગને સોહંગ હાલે છે બે શ્વાસા,
બંને મળીને એક જયોતના પ્રકાશા.

૩. તેમાં ડાબી છે ઈંગળા અને જમણી છે પીંગળા,
વચ્ચે સહેજ સુખમણાનાં વાસા.

૪. તેમાં પવન પસારો તો મન, પવન ને બ્રહ્મ
એક જ ઘર આવાસા.

૫. દાસને ગુરુ મળ્યાં તો બતલાયા બ્રહ્મ ઉપદેશો.

ઉપરોકત વાણીમાં કહેવાનો અર્થ સમજીએ તો મૂળવચન એટલે અંતર સ્પંદન કે જે બધા નાદોનું મૂળ છે. તે નાદને પ્રણવનાદ કહેવાય છે. તેનો વર્ણાત્મક અક્ષર ઓમ(ઓહંગ)છે. ઓમ ઈશ્વર વાચક શબ્દ છે. એ ઓમ(પ્રણવ)ને મૂળવચન કહે છે. તે મૂળવચન(ચેતન-આત્મા)માં વસે છે ગુણેશા એટલે ઈશ્વર અને તેની ત્રિગુણી શકિત પ્રણવનાદમાં સમાયેલ છે.પ્રણવનાદ એટલે આત્માનો અવાજ(રણુકાર)જયારે સ્ફૂરે છે ત્યારે સૌ પ્રથમ તેમાંથી એક સાથે ત્રણ શકિતઓ(ત્રણ ગુણો)નું પ્રાગટ્ય થાય છે.

૧. સર્જનશકિત - બ્રહ્મા
૨. જ્ઞાનશકિત - વિષ્ણુ
૩. ગતિશકિત - મહેશ

એટલે મૂળ વચનમાં શિવ અને તેની ત્રણે શકિતઓનો સમાવેશ થઈ જાય છે. તે મૂળ વચનને પાકું કરી લેવું એટલે ગુરુએ આપેલ મંત્રજાપ તેને બતાવેલી રીત પ્રમાણે કરતાં-કરતાં જયારે અનાહતનાદ સંભળાવા માંડે ત્યારે તેમાં ધ્યાન કરતાં-કરતાં(સૂરતા વડે)જયારે સૂરતા શબ્દમાં(નાદમાં)સમાય જાય કે તે સાથે એક રૂપ થઈ જાય ત્યારે ધ્યાન પાકયું કહેવાય અને આમ સૂરતા શબ્દ એકરૂપ થાય છે ત્યારે આપણી અંદર જે નાદ સંભળાય છે તેને મૂળ વચન, પ્રણવનાદ કે અખંડ અજપો કહેવાય.

આમ સૌ પ્રથમ સ્મરણ કરવું જોઈએ કે જેમાં મન વડે મંત્રનું શ્વાસોચ્છવાસ

વડે રટણ કરવામાં આવે છે. તેને નામ સ્મરણ કહેવાય. એમ કરતાં કરતાં જયારે અનાહતનાદ ચાલુ થાય ત્યારે સૂરતા વડે તે નાદને માત્ર સાંભળવો રહે છે. તેને ભજન એટલે કે ભજવું નહીં પણ માત્ર સૂરતા વડે નાદ સાંભળવામાં ધ્યાન રાખવું તેને અજપા જાપ કહેવાય છે. હવે જયારે એ ભજન પાકે એટલે કે જયારે આપણી અંદર કોઈપણ જાતના પ્રયાસ વગર સૂરતા શબ્દ એક સ્વરૂપે થઈને પ્રણવનાદ પોતાની મેળાએ સતત, એકધારો, અખંડરૂપે અનુભવામાં આવે ત્યારે ભજન પાકયું કહેવાય. તેને સહજ સમાધિ કહેવાય. ત્યારે એ સ્થિતિને મૂળ વચન પાકી ગયું કહેવાય. આમ ત્રણ તબકકે લેશન પાકું થાય છે.

૧. નામ (મંત્ર) - સ્મરણ

૨. સૂરતા - શબ્દનું ધ્યાન.

૩. સૂરતા - શબ્દનું એક થવું (સમાધિ)
અખંડ ભજન (સહજ સમાધિ)

આમ તે વાણીમાં કહેલું છે કે ઓહંગ-સોહંગ બે શ્વાસા અને બંને મળીને જયોતના પ્રકાશા તથા ડાબી ઈંગળા અને જમણી પીંગળા અને વચ્ચે સહજ સુક્ષ્મણા અને તેમાં પવન પસારવો એ બધું શું છે અને કેમ કરવું તે અનુભવી આત્મજ્ઞાની પુરુષ પાસેથી જાણી લઈને તેણે બતાવેલી રીત પ્રમાણે સ્મરણ - ધ્યાન અને ભજનને ક્રમસર પાકા કરી લેવા અને પોતાનું મૂળ સ્વરૂપ એવું આત્માસ્વરૂપ કે બ્રહ્મસ્વરૂપને પામીને કાયમ બ્રહ્મદશામાં રહીને કાયમના સુખ-શાંતિને આનંદમાં રહીને જયારે શરીર છુટે ત્યારે અંત કાળે નિર્વાણ પદને પામીને મોક્ષ મેળવી લેવો. એ જ મનુષ્ય જીવનનો સર્વોત્તમ હેતુ છે. એવું સમજાય છે.

તા. ૨૩-૦૪-૨૦૨૧ બસ એ જ...
ગોંડલ દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ,
જય ભગવાન.

:::::-:::::

૧૦. અષ્ટાવક્ર - જનક સંવાદ

એક વખત જનકરાજા નદીને કિનારે બેસીને એકદમ ઊંચે અવાજે સોહંનો જાપ કરી રહ્યા હતાં. તેવામાં અષ્ટાવક્ર નામના ઋષિ ત્યાંથી પસાર થયાં તે મહાન સાક્ષાત્કારી સત્યવેતા હતાં. તેમને જનકને જોઈને આશ્ચર્ય થયું. તેમને ખબર હતી કે જનક એક મહાપુરુષ છે. તેઓ વિદેહી જનક તરીકે જાણીતા હતાં. એટલે કે જે શરીરભાવથી પર પહોંચ્યાં હોય તેવાં પુરુષ હતાં. તેઓ પોતાનો રાજય વહીવટ સંભાળતા હોવા છતાં પણ તેમનો શરીર સાથે તાદાત્મ્ય ભાવ હતો નહીં.

તેથી અષ્ટાવક્રને નવાઈ લાગી કે જનક શા માટે આમ મોટેથી સાહંગ-સોહંગ જપે છે. મહાપુરુષો આધ્યાત્મિક વ્યાખ્યાન દ્વારા જ ઉપદેશ આપતા નથી. તેઓ તેમની ઈચ્છા મુજબ ઉપદેશ આપે છે. અને તેઓ તથ્ય સમજવા માટે સુક્ષ્મ રીતોનો ઉપયોગ પણ કરતાં હોય છે. અષ્ઠાવક્ર જનકને જોઈને જરા વિચારમાં પડયા કે આમને કઈ રીતે સમજાવવા. પછી તેમને એક વિચાર સ્ફૂર્યો. તેઓ નીચે બેસી ગયાં.

તેમના એક હાથમાં કમંડળ હતું અને બીજા હાથમાં યોગ દંડ હતો કે જેના ઉપર હાથ મૂકી યોગીઓ ધ્યાન કરતાં હોય છે. પછી તેઓ મોટેથી બોલવા લાગ્યાં કે આ મારું કમંડળ છે. આ મારો યોગ દંડ છે. આ જોઈને રાજા વધુ જોરથી મંત્ર રટવા લાગ્યાં. તે ઋષિ પણ તેનાથી વધુ જોરથી એમનો મંત્ર ઉચ્ચારવા લાગ્યાં. થોડીવારમાં રાજા જનક કંટાળી ગયા. તેમણે આંખો ખોલી અને કહયું અરે ભાઈ તું શું કરે છે ? તો અષ્ટાવક્રે સામેથી પૂછયું કે તો તમે શું કરી રહ્યાં છો ?

તો જનક બોલ્યાં કે હું સોહંગ મંત્ર જપુ છું. અષ્ટાવક્રે કહયું કે હું પણ મારો મંત્ર જપી રહયો છું. કે આ મારું કમંડળ છે અને આ મારો યોગ દંડ છે. એમ જપુ છું. રાજા જનક બોલ્યાં કે તારું ભેજુ તો ગુમ થયું નથી ને ? કોણ કહે છે કે આ કમંડળ અને દંડ તારા નથી ? તેને માટે આટલા ઘાંટા શા માટે પાડવા પડે છે ? ઋષિએ જવાબ આપતા કહયું કે મને લાગે છે કે તમારામાં સમજ શકિતનો અભાવ છે.

તમને કોણે કહયું કે તે તું નથી ? હું તે છું. તે માટે તમારે આટલા બધાં ઘાંટા પાડવાની શી જરૂર છે ? જયારે જનકે આ સાંભળ્યું કે તરત જ તેમને સત્યનું ભાન થયું કે પોતે તે જ છે. તેમને સમજ પડી ગઈ કે તેમણે હવે સોહંગ જપવાની જરૂર નથી. માત્ર તેની સમજ હોવી જરુરી છે.

આપણે પણ આ જ તથ્ય સમજવાની જરૂર છે. હંસ એ માત્ર રટણ કરવાનો મંત્ર નથી પણ આપણાં અંતરમાં જે મંત્ર સતત ચાલી રહયો છે તેના પ્રત્યે (મંત્રના લક્ષ્ય પ્રત્યે) જે સ્થાનમાંથી અક્ષરો ઉદ્ભવે અને લય પામે છે તે સ્થાનમાં રહેલ સ્પંદનો (અનાહતનાદ) પ્રત્યે આપણે જાગૃત્તતા કેળવીને તે સભાનતામાં સ્થિત થઈ જવાનું છે. આપણી પોતાની જાતનું ધ્યાન કરવું એનો આ જ અર્થ થાય છે. એટલે કે આ જ સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવી.

:::::-:::::

૧૧. ધ્યાન

લોકો વારંવાર ધ્યાન વિશે વાતો કરે છે. અને ધ્યાન શિખવા માટે વિવિધ પ્રક્રિયાઓ શિખે છે. ધ્યાન કેવી રીતે કરવું એ શિખવા માટે અનેક કષ્ટો સહે છે અને જ્યારે તેમાં સફળતા ન મળે ત્યારે તેમના મનમાં અનેક શંકાઓ ઊઠે છે. તેથી પહેલા તો ધ્યાન એટલે શું ? તે સમજવું જોઈએ. સાચું ધ્યાન એટલે સંપૂર્ણ વિચાર રહિત સ્થિતિ.

મહર્ષિ પતંજલિએ તેમના યોગ સૂત્રોમાં ધ્યાનના વિષયમાં લખ્યું છે : યોગ ચિત્તવૃત્તિ નિરોધ । એટલે કે મનની વૃત્તિનો નિરોધ કરવો. મનને શાંત કરવું તે યોગ. ધ્યાન એટલે મનમાં અમુક વસ્તુની ધારણા કરવી એમ નથી. તમે જો એવું માનો તો તમે ધ્યાનનું અપમાન કરો છો. ધ્યાન સહજ થવું જોઈએ. જે સ્થાને પ્રાણ બહાર જઈને લય પામે છે અને અપાન અંદર આવીને લય પામે છે તે સ્થાન કે જ્યાં કોઈ વિચાર કે પદાર્થની હસ્તી ન રહે તે સ્થાનને પ્રાપ્ત કરવું એ સાચું ધ્યાન છે. આ જ સહજ અને ઉચ્ચ ધ્યાન છે.

જ્ઞાનેશ્વર મહારાજે કહ્યું છે કે ધ્યાનનો અર્થ કંઈ ન કરવું એ છે. આનો અર્થ એ નથી કે આપણે આળસુ બનીને મન ફાવે તેમ પડયાં રહેવું. કંઈ ન કરવું. એટલે ધ્યાનમાં કોઈ વસ્તું કે પદાર્થનું ચિંતન ન કરવું. કેટલાક એમ પણ કહેતા હોય છે કે ધ્યાનમાં તેમને કંઈ દશ્ય દેખાતું નથી અને તેમને કંઈ થાતું નથી. તેઓ કહે છે કે કોઈ જવાળા, રંગ કે જયોતિનું દર્શન થયું નહીં. પરંતુ કંઈ થયું નહીં તે જ ધ્યાનની સાચી સ્થિતિ છે. ખરી રીતે જોતા તમે જો ધ્યાનમાં કંઈ પણ જોશો તો તમારું ધ્યાન જાગૃત્તિક ધ્યાન કહેવાશે. માત્ર મનની શાંત સ્થિતિ જેમાં કોઈ વિચાર, કલ્પના, તરંગ ઊઠે નહીં એ જ સાચું ધ્યાન કહેવાય.

માટે જ હંસ એ સ્વાભાવિક ધ્યાન છે. પરમ જ્ઞાન છે. તે કોઈ ધર્મ નથી કે નથી કોઈ સંપ્રદાય. તે હિન્દુ અથવા ખ્રિસ્તી કે ઈસ્લામ નથી. તે જો કોઈ વાદ અથવા મત હોત તો અહં ચેતના અથવા આપણાં પોતાના આત્માનો વાદ છે. તે સ્વયંભૂ અને પૂર્ણ સત્ય છે. સિદ્ધજનોએ પણ કહ્યું છે કે હંસ જ્ઞાનથી ચડિયાતું બીજું કોઈ જ્ઞાન નથી. અજપા જાપથી બીજો કોઈ મોટો જપ નથી. અને હં અને સઃ ના મિલન જેવી બીજી કોઈ પૂજા નથી. એટલે કે

૧. સૂરતાથી માત્ર આંતરનાદ સાંભળવો એ જ ધ્યાન છે.

૨. જે નાદ છે તે જ બ્રહ્મ છે એ સાચું જ્ઞાન છે. અને

૩. હું તે છું એમ સ્વીકારીને તે સ્થિતિ કેળવવી અને પોતાના સ્વરૂપ આત્મામાં સ્થિત થવું તે લક્ષ્ય છે.

દિલ્હીમાં સુંદરદાસ નામના એક મહાન સંત થઈ ગયાં. તેમણે કહ્યું છે કે...

શ્વાસો શ્વાસ રાત દિન સોહંગ સોહંગ હોઈ જાય ।
યહી માલા વારંવાર દઢ કૈ ધરતુ હૈ ॥
એક હિ અખંડ જાપ તાપ કું હરતુ હૈ ।
કાઠ કી રૂદ્રાક્ષ કી રૂ સૂતહૂ કી માલા ॥
ઔર ઈનકે ફિરાયે કછુ કારજ સરતૂ હૈ ॥

એટલે કે રાત દિવસ શ્વાસ સોહંગ સોહંગ જપતો જપતો અંદર જઈને બહાર આવે છે. તેને નિરંતર પ્રાણરૂપી માળા સાથે જપો. પણ લાકડાના મણકાનો ઉપયોગ કરવાથી શું પ્રાપ્ત થશે ? સતત એકધારો જપ કરશો તો અનેક પ્રકારનાં દુઃખ, સંતાપો શાંત થશે. સુંદરદાસ આગળ કહે છે કે....

સુંદર કહત તા તૈ આત્મા ચૈતન્ય રૂપ ।
આપકો ભજન સો તો આપ હી કરતું હૈ ॥

સુંદરદાસ કહે છે કે તારો આત્મા ચૈતન્યરૂપ છે અને પોતે જ પોતાનું ભજન (પૂજા)કરે છે.

લોકોને પોત-પોતાની આગવી રૂચિ હોય છે. અને તે પ્રમાણે તેઓ જુદાં જુદાં દેવ દેવીઓની પૂજા કરતાં હોય છે. પરંતુ સાચી પૂજા તો અંદર જતાં હં અને બહાર આવતાં સઃ પ્રાણ મંત્રની છે. આ મંત્ર સૌ કોઈ સમાન પણે રટે છે. (રટણ કરે છે) તમે કોઈપણ દેશના વાસી હો અથવા તો તમે કોઈપણ ધર્મ પાળતા હો. પણ આ હું તે છું નો સહજ ભાવ હંમેશા તમારી અંદર સતત વિદ્યમાન(હાજર)છે.

વિવિધ દર્શન શાસ્ત્રોના મંત્રોના અક્ષર જુદાં જુદાં હોય શકે અને લોકો પણ

અક્ષરોના ધ્વનિ વિવિધ રૂપે સાંભળી શકે છે. સૂફી જાતવાળા યા હું એવો અવાજ (ધ્વનિ)સાંભળે છે. અને તિબેટના બૌધજનો હુંગ સો એવો ધ્વનિ સાંભળે છે. પરંતુ ખરેખર આ બધાં ધ્વનિઓ આ એક જ મંત્ર છે. કારણ આ મંત્ર દેહાતિત -ઈન્દ્રિયાતિત અને અંતઃચતુષ્ટકરણાતિત છે. તે તો પરાવાણીના ગહન ઊંડાઈમાંથી માણસની સાથે જ સહજ રીતે પ્રગટ થાય છે.

શ્વાસ અને ઉચ્છવાસ સાથે હં અને સઃ શબ્દો જોડીને આ જે સહજ અજપા જપ કોઈ કરી રહયો છે અને આમ સહજ પ્રાણાયામ કરે છે તે જ સાચો યોગી. પોતાની જાતને ઈશ્વરની સમીપ લઈ જાય છે. અને પોતાને જેનાથી વિખુટો પડી ગયો છે તે આત્મા સાથે પોતાની જાતને સંલગ્ન કરે છે. કેટલાંક લોકો થોડા અમથાં આસનો અને પ્રાણાયામો કરે છે અને પોતાને યોગી કહેવડાવે છે. પરંતુ તેઓ સાચા યોગી નથી.

સાચો યોગી તો એ જ છે કે જે હંસ મંત્રની સાથે હું તે જ છું એવી જાતની સભાનતા સાથે આત્મ સ્થિત રહે છે. સંત જ્ઞાનેશ્વર મહારાજ કહે છે કે યોગીરાજ હં અને સઃ ના મધ્ય સ્થાનનો આશ્રય લે છે. એક વખત મનુષ્ય આ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરે છે પછી કોઈપણ પ્રકારની પ્રવૃત્તિ કરતા હોય છતાં તેની ધ્યાનમય સ્થિતિ તે મધ્ય સ્થાનમાં આપો આપ સતત ચાલું રહે છે.(એટલે કે તેની સૂરતા પોતાની મેળાએ સતત એકધારી અખંડ નાદ અનુસંધાન કરીને બ્રહ્માકાર રૂપે રહે છે.)

સંત કબીર કહે છે કે...

સોહંગ અજપા જાપ છુટે પુણ્ય ઔર પાપ ।

અજપા જાપ સોહંગ સર્વે પાપ-પુણ્યનો નાશ કરે છે. (એટલે કે બંધનમાંથી છોડાવે છે.) સોહંગ ભાવને અહં બ્રહ્માસ્મિ અથવા તો તત્ત્વમસિ બોધ પણ કહે છે. (એમ ઉપનિષદોમાં પણ કહેવામાં આવ્યું છે.) આ છે પરમ તત્ત્વની સાથેના તમારા તાદાત્મ્ય ભાવની સમજ. અને આ સમજમાં સંચિત કર્મો અને પૂર્વ સંસ્કારોની નાશ કરવાની શકિત છે. એ માત્ર લાખો પાપોની અસર નાબૂદ કરે છે એટલું જ નહી પણ પુણ્ય કર્મો દ્વારા ઉદ્ભવ પામતાં સારા બંધનો પણ કાપી નાંખે છે.

મોટા ભાગના લોકો તેના દુષ્કૃત્યોની અસરમાંથી મુકત થવાની ઈચ્છા રાખે છે. પરંતુ તેમને ખબર હોતી નથી કે સુકૃત્યો પણ દુષ્કૃત્યોની માફક બંધન કરતાં હોય છે. તમારા પાપો તમને લોખંડની બેડીમાં બાંધશે, જયારે પુણ્યો સોનાની જંજીરથી બાંધશે. આ બે વચ્ચે માત્ર આટલો જ તફાવત છે. તમારે મુકિતની જરૂર

હોય તો પાપ અને પૂણ્ય બંનેનો નાશ થવો જોઈએ. અને સોહં મંત્રનો બોધ જયારે તમને પ્રાપ્ત થાય છે ત્યારે આમ બને છે. તમારા દ્વંદ્વોનો નાશ થઈને જન્મ મરણના ચક્રમાંથી તમે મુકત થાવ છો. (સતત અભ્યાસ કરવાથી) સોહં મંત્રનો બોધ પ્રાપ્ત થવો એટલે હંસ મંત્રનો શ્વાસોચ્છવાસ સાથે જાપ કરતાં કરતાં પ્રાણ, અપાનના મધ્ય સ્થાને સૂરતા ઠેરાતા અનાહતનાદ વગર કાને સંભળાવાનું ચાલું થાય છે. તે સ્થિતિને સોહં મંત્રનો બોધ પ્રાપ્ત થયો કહેવાય.

જયાં સુધી તમારામાં દ્વૈતની લાગણી છે. એક મનુષ્ય બીજાથી ભિન્ન છે. એક જાતિ બીજીથી ભિન્ન છે. એવી ભાવના છે ત્યાં સુધી તમને સાચા સુખનો અનુભવ થશે નહીં. સર્વ ભય, સર્વ દુઃખ, અને સર્વ પાપનું મૂળ આ ભેદવૃત્તિ છે. પરંતુ હંસમંત્રના જાપથી સમાનતાનો ભાવ સહજ રીતે જાગૃત્ત થાય છે. મન અને પ્રાણની વચ્ચે ગાઢ સંબંધ છે. કારણ કે પ્રાણની ગતિને લીધે જ મનની અંદર અસંખ્ય સૃષ્ટિઓ ઉદય અને અસ્ત પામે છે. જયારે પ્રાણ અસમાન હોય છે ત્યારે મન ક્ષુબ્ધ થાય છે. અને દ્વૈતભાવ જાગે છે. જેમ જેમ શ્વાસ ઉચ્છવાસ સમાન થવા માંડે છે તેમ તેમ મન પણ આપોઆપ શાંત થઈ જાય છે.

સામાન્ય રીતે લોકો ઘણીવાર ઝડપથી શ્વાસ લે છે. અને તેમનેા ઉચ્છવાસ લાંબા અંતર સુધી બહાર ધકેલાય છે. આ છે બાહ્યમુખી મનની નિશાની. જેમ જેમ મંત્ર અંતરના ઉંડાણમાં ઉતરતો જાય છે તેમ તેમ શ્વાસ ધીમો પડતો જાય છે અને ઉચ્છવાસ ટૂંકો થતો જાય છે. શ્વાસ અને ઉચ્છવાસ જયારે સમાન બને છે ત્યારે મન અને ઈન્દ્રિયો અંતરમુખ થઈ આત્માની તરફ વળે છે.

હઠયોગીઓ અનેક પ્રકારના પ્રાણાયામો કરે છે. તેનો ઉદ્દેશ શ્વાસ અને ઉચ્છવાસ વચ્ચેના સમયની સમતુલા જાળવવાનો હોય છે. કારણ આ સમતુલા મનને શાંત કરે છે. અને મનુષ્યને સમદષ્ટિ બક્ષે છે. હંસ મંત્રના અભ્યાસથી આ ઘણું જ સહેલાઈથી અને સ્વાભાવિક રીતે સહજતાથી બને છે.

જેમ જેમ તમે હંસ મંત્ર પ્રત્યે જાગૃત્ત બનશો તેમ તેમ સહજ રીતે જ શ્વાસ અને ઉચ્છવાસ સમાન અંતર અને સરખા સમય સુધી આવ-જા કરતો થાય છે. અને શ્વાસ સહજ રીતે થંભી જાય છે. આ શાંત સ્તબ્ધ અવસ્થામાં જયાં પ્રાણ લય પામે છે ત્યાં દ્વૈતભાવ અદશ્ય થઈ જાય છે. અને સર્વ સમાન એવી ભાવના ઉદ્દભવે છે. જ્ઞાનેશ્વર મહારાજે કહ્યું છે કે...

તૈ શરીર ભાવ નાશતિ ॥

ઈન્દ્રિયે વિષય વિસતતિ ॥

જૈ સોહંગ ભાવ પ્રતીતિ પ્રગટ હોયે ॥

એટલે કે જયારે સોહંગ ભાવની પ્રતીતિ થશે ત્યારે શરીરભાવ લય પામશે અને ઈન્દ્રિયોની વિષયોથી વિસ્મૃત્તિ થશે. અને ત્યારે શિવ અને શકિતનું મિલન તમારા અંતરમાં જ અનુભવશો. અંતર બાહ્ય બધું એકરૂપ થશે.(બનશે)તેવો અહેસાસ થશે.

હં અક્ષર જે અપાન વાયુ સાથે અંદર પ્રવેશે છે તે આત્માનો બીજ મંત્ર છે. આપણે જાણીએ કે નહી તો પણ આપણને હંમેશા આ અક્ષરની પ્રતીતિ થતી હોય છે. આપણે હંમેશા કહેતા હોઈએ છીએ કે હું. સાચું પુછો તો આપણે હંસ સાથે તદાકાર થયેલા જ છીએ. તે જ આપણી માનવતા છે. જીવાત્મા જે પોતાને હું તરીકે અનુભવે છે તે ખરેખર પરમાત્મા જ છે. આપણને માત્ર પહેલા અક્ષરની જ પ્રતીતિ થાય છે. તેથી આપણે બીજા અક્ષરના ભાવને ભૂલી ગયા છીએ. અને તે છુ ભાવ પણ આપણામાંથી અદશ્ય થઈ ગયો છે.

અને આ તે નો ભાવ જે આત્માનો બોધ છે તે ચાલ્યો જવાથી આપણે આપણાં સાચાં સ્વરૂપને ભૂલીને આપણો અહંમ બીજી વસ્તુ સાથે જોડીએ છીએ. આપણે હવે હું પુરુષ છું, હું સ્ત્રી છુ. હું ઓફીસર છું, હું રિપબ્લિકન છું, હું ધનવાન છુ, હું ગરીબ છુ. વગેરે વગેરે. એવું કહીએ છીએ. પછી કહેવાનું શરૂ કરીએ છીએ કે મારો પતિ, મારી પત્ની, મારી બિલાડી, મારી ફેકટરી, મારું મકાન, મારું શરીર, વગેરે વગેરે... આપણો વિશાળ આત્માનો અહંમ હવે એક નાનો અહંમ (સીમિત) બની જઈને આ શરીર અને ઈન્દ્રિયો સાથે તાદાત્મ્ય સ્થાપે છે.

આમ છતાંય જેવો આપણને બીજા અક્ષર (સઃ) નો બોધ થાય અને આપણે સમજીએ કે આપણે તે છીએ તો આપણો અહં સંગ રહિત થઈને પૂરેપૂરો શુધ્ધ થઈ જશે. તે સાચો અહં શુધ્ધ અહં - વિમર્શ (જ્ઞાન) બની જશે. સાધારણ અહં બધ્ધતા (બંધન) નો ભાવ છે. જયારે શુધ્ધ અહં મુકત અવસ્થાની પ્રતીતિ છે.

જેમ જેમ પૂર્ણ અહંભાવની સમજ સાથે હંસ મંત્રનો જાપ તમે કરશો તેમ તેમ આ અનુભૂતિનો તમારી અંદર ઉદય થશે. જયારે આ શુધ્ધ અહં પ્રત્યે તમારામાં સભાનતા જાગશે ત્યારે તમારી બુદ્ધિ પણ નિર્મળ બનશે અને તમે

તમારી અંદર વિરાજતા પ્રકાશરૂપે ઈશ્વરના દર્શન કરી શકશો. તમે આત્મા છો એવું જ્ઞાન સ્વયંભુ તારા અંતરમાં પ્રગટશે. જે ક્ષણે મંત્રમાં રહેલા પરમ તત્ત્વનું તમને દર્શન થશે કે તરત જ તમે મુકત થઈ જશો.(જેમ સ્વપ્નમાંથી જાગતાની સાથે જ સ્વપ્નના બધા બંધનો છુટી જાય છે તેમ)શુદ્ધ અહંમ, ચેતનાનો મંત્ર, દુનિયાના દ્વંદ્વોનો નાશ કરે છે.

અને તમે તથા ઈશ્વર એક જ છો એવો અનુભવ કરાવે છે. જ્ઞાનેશ્વર મહારાજ કહે છે કે જે રીતે પ્રતિબિંબથી લઈ બિંબ સુધી પ્રકાશની પ્રભા સર્વત્ર ફેલાયેલી રહે છે તેવી રીતે આ સોહંગ વૃત્તિ પણ જીવાત્માંથી લઈ પરમાત્મા સુધી પહોંચેલી હોય છે. જયારે મનુષ્યમાં આ સોહંગભાવ પૂરેપૂરો ઉતરી જાય છે ત્યારે તે આપોઆપ પરમાત્મા તત્ત્વમાં વિલિન થઈ જાય છે.

ઈશ્વરનું જ્ઞાન એ સાચી સમજની વાત છે. ઈશ્વરની ખોજ માટે આપણે પ્રયત્ન કરવાની જરૂર નથી. કારણ ઈશ્વર ન હોય એવું એક પણ સ્થાન નથી. તે કંઈ પ્રાપ્ત કરવાની વસ્તું નથી. આપણે માત્ર ઈશ્વર પ્રત્યે સભાનતા કેળવવાની છે.

જ્ઞાનેશ્વર મહારાજ પૂછે છે કે અમુક પુરુષ તમારો પિતા છે તે સમજવા માટે તે મારો પિતા છે, તે મારો પિતા છે એ મંત્ર તમે કેટલીવાર રટશો ? તમારી માતા માત્ર એટલું જ કહેશે કે બેટા જો આ તારા પિતા છે અને તમે તરત જ સમજી જશો.

તમારે તે સમજવાનો પ્રયાસ કરવાની કંઈ જરૂર પડી ? શાસ્ત્રો અને સંતો આવી રીતે માતા તુલ્ય હોય છે અને પરમેશ્વર પિતાનો બોધ આપે છે. જયારે તેઓ કહે છે કે તું તે છો. તો તમને તેને જાણતા કેટલીવાર લાગશે ?

તેવી જ રીતે હંસ વિજ્ઞાન પણ અનુભવનો વિષય છે. તે સર્વોચ્ચ સાધના છે. કારણ કે તેમાં અભ્યાસની જરૂર નથી. જે અભ્યાસ સ્વયં થઈ રહ્યો છે તે પ્રત્યે માત્ર જાગૃત્ત થવાની તમારે જરૂર છે. આ ખૂબ જ સરળ છે તેમ છતાં પણ આ હંસ યોગમાં બીજા સર્વ યોગોનો સમાવેશ થઈ જાય છે. કારણ બીજા સર્વ યોગો તેના પર નિર્ભર છે.

ગુરુગીતા કહે છે કે ''હમ બીજં'' અટલે કે હમ બીજ છે. આત્માના આ બીજમાં સારીય સૃષ્ટિ સમાયેલી છે. તે જ પ્રમાણે હંસ મંત્ર સર્વ આધ્યાત્મિક સાધનાનું બીજ છે. જેમ એક સુક્ષ્મ વડલાનાં બીજમાંથી મહાન વડલાનું ઝાડ, થડ, ડાળીઓ, પાંદડા, ફળ, ફૂલ અને હજારો બીજ સહિત ઊગી નીકળે છે તેવી જ રીતે

હંસ મંત્રના બીજમાં યોગ, ધ્યાન, જપ અને તપ તથા અનેક પ્રકારની શકિતઓ રહેલી છે.

અનેક દર્શન શાસ્ત્રો, અનેક પ્રણાલીઓ અને પરંપરાઓ વિદ્યમાન છે. પરંતુ આ બધામાં હં અને સઃ આ બે શબ્દો (અક્ષરો) જ માત્ર તમારી પાસે રાખવા યોગ્ય છે. મહાન સંત સુંદરદાસે કહ્યું છે કે હંસ મંત્રનો અભ્યાસ તમે ચાલતા, બેસતા, ભોજન લેતા, નિંદ્રા લેતા કરી શકો છો. તમે ગમે તે કરતા હો તે વખતે પણ તે ચાલું રહી શકે છે.

મહાન સંત બ્રહ્માનંદ કહે છે કે...

સોહંગ શબ્દો વિચારો સાધો, સોહંગ શબ્દ વિચારો
માલા કરસે ફીરત નહીં હૈ, જીભ ન વર્ણ ઉચ્ચારો રે
અજપા જાપ હોત ઘટમાં હી, તારી ઓર નિહારો રે
હં અક્ષર સે શ્વાસ ઉઠાવો, સો સે શ્વાસ બિડાઓ રે
હંસો ઉલટ હોત સે સોહંગ, યોગી જન નિરધારો રે
સબ ઈકકીસ હજાર મિલકર છસો હોત સુમારો રે
અષ્ઠ પ્રહરમે જાગૃત્ત, સોવત મનમે જપો સુમારો રે
જો જન ચિંતન કરત નિરંતર, છોડ જગત વ્યાપારો રે
બ્રહ્માનંદ પરમ પદ પાવે, મીટે જનમ સંસારો સે

ઉપરોકત વાણીમાં બ્રહ્માનંદ સ્વામીનું એમ કહેવાનું છે કે હે સાધુઓ (સાધકો) સોહંગ શબ્દનું ચિંતન કરો. સોહં મંત્રનું જ્ઞાન મેળવો. આ મંત્ર જપવા માટે હાથમાં માળા ફેરવવી પડતી નથી. કે નથી જીભથી તેનું ઉચ્ચારણ કરવું પડતું. આ અજપા જપ સતત શરીરમાં થઈ રહ્યો છે. તેની તરફ તમારું લક્ષ્ય રાખો. સો કહીને શ્વાસ બહાર કાઢો અને હં થી અંદર લો. યોગીજનો હંસને ઉલટાવી સોહંગ સોહંગ જપે છે. રાત-દિવસ મળી જાગતા સૂતા તમે ૨૧૬૦૦ વખત તેને જપો છો.

જે મનુષ્ય જાગૃત્તના વહેવાર પ્રત્યેથી સૂરતા ઉઠાવીને સતત અંતરમુખ બનીને આ મંત્રનું ચિંતન કરે છે તે બ્રહ્માનંદના કહેવા મુજબ પરમ પદને પામે છે. અને જન્મ-મરણ રૂપી સંસારચક્રમાંથી છૂટી જાય છે.

નામદેવ નામના એક બીજા સંત કહે છે કે....

નામા મ્હુણે જાના કોઈ રામરૂપ ।

અખંડીત જપ સોહંગ - સોહંગ ॥

એટલે કે મન ત્યારે જ રામરૂપ થશે જ્યારે સાધક સોહંગ, સોહંગ જપનો અભ્યાસ કરશે. આ મંત્રમાં આપણાં જીવનનું પરિવર્તન કરવાની શકિત છે.

તા. ૦૧-૦૫-૨૦૨૧ બસ એ જ...

ગોંડલ દાસાનુંદાસ દિલસુખના

સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ,

જય ભગવાન.

:::::-:::::

૧૨. સિદ્ધયોગ
(વચન સિદ્ધ કરવું)

જેમ જેમ તમે મંત્ર જાપ કરતાં જશો તેમ તેમ તમે ગુરુકૃપાથી તમને પ્રતીતિ થશે કે અંતરમાં અહર્નિશ આ મંત્ર ચાલી રહયો છે. અંતરમાં પ્રશુપ્ત રહેલી (સુશુપ્ત રહેલી) કુંડલીની શકિત અનાયાસે જાગૃત્ત થશે.
ઉપનિષદો કહે છે...

બિભર્તિ કુંડલી શકિરાત્મનં હંસમાશ્રિત ।
હંસ પ્રાણાશ્રયો નિત્યં પ્રાણાઃ નાડીપચાશ્રય ॥
હંસ વિદ્યમવિજ્ઞાય મુકિત યત્નં કની ।
સ નભો ભક્ષણે નૈવ ક્ષુન્નિવૃત્તિ કટિષ્યતિ ॥

એટલે કે કુંડલીની શકિત હંસ મંત્રનો આશ્રય લઈને મંત્રની શકિત દ્વારા કાર્ય કરે છે. આ હંસ આત્માથી ભિન્ન નથી. હંસ-પ્રાણ, શ્વાસ-પ્રશ્વાસનો આશરો લઈને પ્રાણ શકિત સાથે વહે છે. અને પ્રાણ શરીરમાં રહેલા નાડીપુંજ (૭૨૦૦૦ નાડીઓ) ને આશ્રિત રહીને વહે છે. આ હંસ વિદ્યાથી અજાણ રહી મુકિત માટે જે પ્રયત્ન કરે છે. તે હવા ખાઈને ભૂખ મટાડવા જેવો પ્રયત્ન કરે છે.

હંસ મંત્રના રટણથી જયારે શ્વાસ અને ઉચ્છવાસ સમતોલ થઈ જાય છે અને પ્રાણ સહજ કુંભક દ્વારા સ્તંભિત થઈ જાય છે. ત્યારે ઈંગળા અને પિંગળા નાડીઓ દ્વારા આવતો જતો પ્રાણ મધ્ય નાડી સુષુમણામાં પ્રવેશ કરે છે. અંતરમાં પ્રસુપ્ત રહેલી કુંડલીની જાગૃત થાય છે અને વિકસવા માંડે છે. પછી સ્વયંભૂ યોગ-સિદ્ધયોગ થવા માંડે છે.

કુંડલીનીનું જાગરણ થતાં જ આપણી આધ્યાત્મિક યાત્રા માટેના પ્રયત્નો પૂરા થાય છે. જયાં સુધી કુંડલીની જાગૃત્ત થઈ નથી હોતી ત્યાં સુધી આપણે આપણી સમજ પ્રમાણે સ્વપ્રયત્નથી યોગ કરવા મથીએ છીએ. પરંતુ એક વખત કુંડલીની સહજ રીતે જાગૃત થઈ જાય છે પછી યોગ ઈશ્વરની પ્રેરણાનુસાર થતો રહે છે. દૈનિક જીવનમાં પણ સ્વાભાવિક રીત ચાલું રહે છે. જેણે સારાય વિશ્વનું

સર્જન કર્યું છે એવી કુંડલીની(ચિત્તિ)શકિત જયારે એકવાર આપણી અંદર જાગૃત્ત થાય છે કે તે પૂર્ણ શકિતથી આપણી અંદર કાર્ય શરૂ કરી દે છે. શરીરની અંદર કરોડરજજુના છેડે આવેલા મૂલાધાર સ્થાનેથી તે ઉપર ઊઠે છે.

અને ત્યાંથી તેની ઉર્દ્વયાત્રા શરૂ થઈને મસ્તકની અંદર આવેલા ઉચ્ચ આધ્યાત્મિક કેન્દ્ર જેને સહસ્ત્રાસાર કહે છે ત્યાં પહોંચે છે. શરીરની અંદર જયારે તેની યાત્રા ચાલુ હોય છે તે દરમ્યાન તે આવશ્યકતા અનુસાર યોગિક આસનો અને પ્રાણાયામો સહજ રીતે કરાવે છે. શરીરના રકત અને સપ્ત ધાતુઓની શુદ્દિધ કરીને તેને સુદ્દઢ અને વ્યાધિ (રોગ) મુકત કરે છે. મનને શાંત અને અંતરમુખ બનાવે છે. ધ્યાન સહજતાથી થાય છે. (તેને સહજ સમાધિની અવસ્થા પણ કહેવાય છે) અને જ્ઞાન સ્વયં પ્રેરીત થાય છે.

જેમ જેમ કુંડલીની વિકાસ(ઉર્દ્વગમન) પામતી જાય છે તેમ તેમ આંતર સૃષ્ટિની અનુભૂતી થવા માંડે છે. બહાર જગતમાં ટેલિવિઝન કે ફીલ્મના પડદા પર ચિત્રો જોઈ શકાય છે. પરંતુ જયારે કુંડલીની શકિતનું કાર્ય અંદર શરું થાય છે ત્યારે આપણા અંતરપટ ઉપર આંતર દશ્યો જોઈ શકાય છે. બહાર આપણે દૂરનાને સાંભળવા માટે ટેલિફોન(મોબાઈલ)નો ઉપયોગ કરીએ છીએ. પરંતુ અંતરજગતમાં કુંડલીની શકિતની પ્રેરણાથી દૂરશ્રવણની પણ પ્રાપ્તિ થાય છે.

આ કંઈ તમને હું વિનોદ ખાતર કહેતો નથી. હું જે કહું છું તે ખરેખર આપણી અંદર વિદ્યમાન છે. આપણી આંતર શકિત, આત્મબળ ખોઈ બેસીએ છીએ અને આંતર જગતને ભૂલી જઈએ છીએ. આ આંતરશકિત દ્વારા જ આપણને આપણી અંદર ખરેખર કેવો ભંડાર ભરેલો છે તેનું જ્ઞાન થાય છે.

યોગની દુનિયામાં અનેક પ્રકારની અજાયબીઓ છે. જેમ જેમ કુંડલીની વિકાસ પામતી જાય છે તેમ તેમ અવનવા રંગો અને ચકચકિત અંતર પ્રકાશ દષ્ટિગોચર થાય છે. અલૌકિક દિવ્યનાદનું શ્રવણ થાય છે. બહારની દુનિયામાં કયાંય સાંભળવા ન મળે એવું સંગીત ગુંજવા માંડે છે તે વગર કાને સંભળાય છે. સુક્ષ્મ અમૃતરસનું પાન થાય છે. જે રસ બહારની દુનિયામાં કયાંય ચાખવા પણ ન મળે. દિવ્ય સ્વર્ગીય સુગંધ માણી શકાય છે. કુંડલીનીના આ ચમત્કારથી જેમ આંતરમુખ બનીએ તેમ આપણને આપણી અંદર જ સમગ્ર બ્રહ્માંડનું દર્શન થશે.

શાંત એકલા બેઠાં બેઠાં અનેક આંતરસૃષ્ટિઓની યાત્રા કરી શકીશું. બાહ્ય

સ્તરે આ સૃષ્ટિઓ આપણાથી દૂર છે પરંતુ આપણી અંદર તો તે ઘણી જ પાસે છે. (પીંડે સો બ્રહ્માંડે) જે બ્રહ્માંડમાં છે તે આપણી અંદર પણ સુક્ષ્મ રીતે છે. જેમ અત્યારે આપણે સેટેલાઈટની મદદથી દૂરના દેશો કે ગ્રહો પર થઈ રહેલી ક્રિયાઓ, સ્થળો, જંગલો વગેરે ટીવી કે એવા બીજા સાધનો વડે ચાલું પ્રસારણ જોઈ શકીએ છીએ અને સાંભળી પણ શકીએ છે એ એવી જ રીતે કુંડલીની શકિતની મદદથી પણ એ બધું અનુભવી શકાય છે. એ હકિકત છે. તે અનુભવ કરવા માટે ધ્યાનમાં જેમ જેમ ઊંડા ઉતરીએ તેમ તેમ આ વિશ્વો બહુ જ નજીક દેખાશે. આપણી અંદર જ નજીકથી બધું જોઈ શકાશે કે સાંભળી શકાશે એવા અનુભવ થશે. સિદ્ધ યોગીની મહાનતાનું આ જ રહસ્ય છે. આ સર્વ આંતર જગતમાં ન હોય તો આટલો બધો સમય આપણે આમાં શા માટે ગાળવો ?(ધ્યાનમાં)

અંતરમાં તો અસીમિત આનંદ ભરેલો છે. આટલો આનંદનો અખૂટ ભંડાર ભરેલો છે તેમ છતાં લોકો સતત જગતમાં સુખની શોધ કરવાના અને ખુશી પ્રાપ્ત કરવાના પ્રયાસો કરે છે. પરંતુ જે આનંદ જોઈએ છે તે તો અંદર છે.(ખોવાણું છે અંદર પણ બહાર જઈને ગોતે તો કેમ કરીને મળે ?)આ શાશ્વત સુખ પામવા માટે ભાણાબાપા કરીને એક સંત થઈ ગયાં તેમણે કહેલું કે સાચું સુખ, અખંડ આનંદ કે મોક્ષ જોઈતો હોય તો...

ભાણ કહે તું ભટકીશ મા, મથી જોને માહીં
એ સમજીને સૂઈ રહે તો, કરવું નથી બીજું કાંઈ
આ બોલે ઈ બીજો નથી, છે પરમેશ્વર પોતે
અજ્ઞાની છે આંધળો, તે અળગો રહીને ગોતે
સાચું નામ છે સાહેબનું, જુઠું નથી જરાય
ભાણ કહે છે ભજીલે તો, ભારે કામ થાય.

તો આપણી અંદર ખોવાયેલો (સુશુપ્ત રહેલો) આનંદ પ્રગટ કરવા માટે હંસ મંત્રનું જ્ઞાન વિજ્ઞાન કોઈ અનુભવી સંત પાસેથી મેળવીને, યોગ્ય પુરુષાર્થ કરીને દેહાધ્યાસ છોડી, ઈન્દ્રિયોને વિષયોથી પર કરીને મન શાંત અને સ્થિર અને સંયમી બને ત્યારે પ્રાણને સમતોલ કરીને સહજ કુંભક વડે પ્રાણ જયારે સુખમણા નાડીમાં

ચાલવા લાગે ત્યારે(અંતર-બાહ્ય કુંભક એક થવાથી અહંકાર પણ છૂટી જાય છે.) પ્રાણની ઠોકરથી કુંડલીની જાગૃત્ત થાય છે. આ કુંડલીની શકિતનો વિકાસ થતાં આ આનંદ આપો આપ વહેવા માંડે છે. આપણી અંદરથી સર્વ પ્રાણીઓ પ્રત્યે પ્રેમ ઊભરાય છે અને હૃદયમાં આનંદની છોળો ઊડવા માંડે છે.

અંતે આ સ્વયંભુ યોગની સાધનાથી અંતરશકિતનો વિકાસ થતાં ઊંચામાં ઊંચા આધ્યાત્મિક કેન્દ્ર સહસ્ત્રાર સુધી પહોંચી શકાય છે. આ છે આધ્યાત્મિક યાત્રાની પરાકાષ્ઠા. તે અહિં પ્રકાશ સ્વરૂપ આત્માના દર્શન થાય છે. સહસ્ત્રારની અંદર એક દિવ્ય પ્રકાશ છે જેની આભા સહસ્ત્ર સૂર્યો જેટલી તેજસ્વી છે. આ કેન્દ્ર પર સુખ અથવા દુઃખની અનુભૂતિ નથી. માત્ર ચૈતન્યનો જ આનંદ પ્રવર્તે છે. સહસ્ત્રારની અંદર આ દિવ્યપ્રકાશની આભા વચ્ચે એક અતિ સુક્ષ્મ નીલપ્રકાશ જેને યોગી લોકો નીલબિંદુ કહે છે તેનું દર્શન થાય છે.

આ નીલબિંદુ અતિ મૃદુ, અપાર અદ્‌ભૂત જયોતિના દર્શનથી આપણને આપણી દિવ્યતાનું ભાન થાય છે. તલના દાણાથી પણ સુક્ષ્મ હોવાં છતાં આ નાનકડા નીલબિંદુમાં સારુ ય વિશ્વ સમાયેલું છે.(જેમ બીજમાં વડલો)આ જ છે પરમાત્માનો પ્રકાશ. આપણી અંદર વસતા ભગવાનનું સ્વરૂપ. આ છે માનવતાની સાચી અજાયબી. માટે આ જયોતિ(નીલબિંદુ)ના દર્શન કરો.

માત્ર દર્પણમાં મુખ જોઈને આપણે આપણાં ખરા સ્વરૂપને ઓળખી શકીશું નહીં. પરંતુ આપણી અંદર રહેલ દિવ્યજયોતના દર્શન કરીશું તો તે જ આપણું ખરું સ્વરૂપ છે અને ત્યારે જ આપણે ખરેખર કોણ છીએ તેની પ્રતીતિ થશે. આ પ્રકાશના દર્શન થયાં બાદ ‘‘મનસૂર મસ્તાના’’ નામના એક મસ્ત સૂફી સંતે અનલ હકકની ઘોષણા કરેલી. આ પ્રકારના દર્શન કરીને જગતગુરુ શંકરાચાર્યે અહં બ્રહ્માસ્મિ પૂર્ણો હં કહયું હતું. જીસસે પણ આનું જ્ઞાન થતાં કહયું છે કે ઈશ્વરનું સામ્રાજય તમારી અંદર જ છે. ઈશ્વરનું સામ્રાજય માત્ર જીસસ કે તેમના જેવા બીજા થોડાક મહાત્માઓમાં જ નહીં પરંતુ તે મારી, તમારી અને દરેકની અંદર વિદ્યમાન છે.

એક દિવસ આ સુક્ષ્મ નીલજયોતિ આત્માનો પ્રકાશ પામીને આપણે સારાય વિશ્વમાં ફેલાય જઈએ છીએ. ત્યારે આપણને આપણી સર્વ વ્યાપકતાનું ભાન થાય છે. સુખ દુઃખથી પર એવી પરમ સત્યની અવસ્થા આપણને લાધે છે. અને આપણે ચૈતન્યનો પરમ આનંદ અનુભવી શકીએ છીએ. આપણે નિઃશંક અનુભવીએ

છીએ કે મેં જ, ઈશ્વરે જ મારું રૂપ ધારણ કર્યું છે. ત્યારબાદ આપણે સંપૂર્ણ અભય અને મુકત અવસ્થામાં નિજસ્વરૂપ, આત્મતત્ત્વમાં સતત વિહાર કરતાં રહીએ છીએ. જીવનમુકત થઈને શેષ જીવન વિતાવીએ છીએ.

આનું નામ જ મુકિત છે. હંસમંત્રની સાધના અને સમજથી આ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. સિદ્ધોની સાધનાનું આ જ રહસ્ય છે. આ જ છે પૂર્ણ પુરુષોની સાધના. મહાન સંતોના અનુભવનું જ્ઞાન પણ આ જ છે. હંમેશા યાદ રાખો કે...

૧. હંસમંત્રથી મહાન બીજો કોઈ મંત્ર નથી.

૨. ધ્યાનથી મહાન કોઈ પૂજા નથી.

૩. આત્માથી મહાન બીજો કોઈ દેવ નથી.

આ છે સત શાસ્ત્રો-વેદો-ઉપનિષદો અને સદ્‌ગુરુઓનો અંતિમ ઉપદેશ. ગુરુગીતામાં શિવની આજ્ઞા પણ આ જ છે. હંસ વિજ્ઞાન એ આત્મ વિજ્ઞાન છે. સર્વ જ્ઞાનનું તે મૂળ છે. ઈશ્વરની તે દેન છે. સન્માનપૂર્વક તેનો જાપ કરીએ.

એકદમ શાંત, સ્થિર બેસી અંદર આવતાં અને બહાર જતાં શ્વાસ પ્રત્યે સભાન બની અને હંસ હંસ રટતા રહીએ. યાદ રાખો કે હં એ પૂર્ણ અહં શુદ્ધ ચૈતન્ય છે. અને યાદ રાખો કે સઃ એ વિશ્વવ્યાપિની શકિત છે. જે સ્થાનમાંથી આ બે અક્ષરો ઊઠે છે અને લય પામે છે ત્યાં સુક્ષ્મ રીતે ચિત્ત એકાગ્ર કરીએ તો આપણને આત્માનો સાક્ષાત્કાર થશે. આ જ પરમાત્માની પરમ અવસ્થા તે તમે છો. એટલે કે તત્-ત્વમ્-અસિ(તત્ત્વમસિ)

તા. ૦૪-૦૫-૨૦૨૧
ગોંડલ

બસ એ જ...
દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ,
જય ભગવાન.

:::::-:::::

૧૩. સોહંગ પર સંતોની વાણી

૧. સંત બ્રહ્માનંદની વાણી

નિરંજન માલા ઘટ મેં ફીરે દિન રાત ॥
ઉપર આવે નીચે જાવે શ્વાસ શ્વાસ ચલ જાતી ।
સંસારી નર સમજે નહી બિરથા ઉમર વિહાત ॥
સોહંગ મંત્ર જપે નિત પ્રાતી બીજ જીહ્યા બિન દાંત ।
અષ્ટ પ્રહર મે સોવત જાગત કબહૂ ન પલક રૂકાત ॥
હંસા સોહં સોહં હંસા બાર બાર ઉલટાત ।
સદ્‌ગુરૂ પૂરા ભેદ બતાવે નિશ્ચલ મન ઠહરાવ ॥
જો યોગી જન ધ્યાન લગાવે બૈઠ સદા પરભાત ।
બ્રહ્માનંદ મોક્ષ પદ પાવે ફેર જન્મ નહીં આત ॥

આ શરીરની અંદર અતિસુક્ષ્મ માળા ફરી રહી છે. શ્વાસ અંદર અને બહાર સતત ચાલી રહયો છે. જેનું જ્ઞાન સંસારી લોકોને નહીં હોવાથી તેઓ અજ્ઞાનને વશ થઈ મૃત્યુના મુખમાં જઈ રહ્યાં છે. પ્રાણીમાત્ર દિવસે ને રાત્રે, જાગતા કે સૂતા, નિરંતર જીભ કે હોઠ હલાવ્યાં વિના આ સોહંગ મંત્ર આઠે પ્રહર જપે છે.

હંસો-સોહં એમ સૂલટાવી અને ઉલટાવીને વારંવાર જપ થતો રહે છે. જયારે સદ્‌ગુરુ મળે છે ત્યારે આ મંત્રનું રહસ્ય પ્રગટ કરીને મનને એ શાંતિ આપે છે. બ્રહ્માનંદ કહે છે કે જે યોગી શાંત બેસીને દરરોજ સવારના આ મંત્રનું ધ્યાન કરે છે તો તે યોગી જન્મ-મરણનાં ફેરામાંથી મુકિત પામીને મોક્ષપદને પામે છે.

૨. સંત કબીરસાહેબની વાણી

પઢો મના ઓ નામ સોહંગ ઔંકાર સબૈ કોઈ સિરજે અંગ
નિરંકાર નિરગુણ અવિનાશી કટ વાહી કો સંગ ॥
નામ નિરંજન નૈનન મૈંદૈ, નામ રુપ ધરંત ।

નિરંકાર નિર્ગુણ અવિનાશી, નિરખે એ કે રંગ ॥
માયા મોહ મગન હોઈ નાચે, ઊપજે અંગ તરંગ ।
માટી કે તન થિર ન રહતુ હૈ, મોહ મમત કે સંગ ॥
શીલ સંતોષ હદે બીચ દાયા, શબદ સ્વરૂપી અંગ ।
સાદ કે વચન સત કરી માનો, સિર્જન હારી સંગ ॥
ધ્યાન ધીરજ જ્ઞાન નિર્મલ નામ તત્ત્વ ગહંતા ।
કહે કબીર સુન ભાઈ સાધો, આદિ અંત પ્રશ્યંત ॥

હે મન તું સોહંગની સાધના કર, સોહંગમાંથી ઓમકાર થઈ સર્વની ઉત્પત્તિ થઈ છે. નામ નિર્ગુણ નિરાકાર નિત્ય છે. તેથી તેનો સંગ કર. ભગવાનનું નામ શુધ્ધ અને પવિત્ર છે. અને ભગવાન નેત્રો દ્વારા નામ-રૂપ જગત સર્જે છે. આ નિરાકાર નિર્ગુણ અવિનાશી ભગવાનની દષ્ટિ એક સમાન છે. હે મન તું માયા મોહમાં અટવાઈ જઈને ફાવે તેમ નાચે છે. અને અનેક ભેદ ઉત્પન્ન કરે છે.

આ દેહ માટીમાંથી પેદા થયો છે. તેથી તે અનિત્ય છે. માટે તેની ઉપર મોહ મમતા ન રાખ. ભગવાનના નામથી જીવનમાં શીલ, સંતોષ, દયા ઉપજે છે. સાધુ પુરુષના વચનમાં શ્રદ્ધા રાખ. કારણ કે સંતો સર્જનકાર સાથે તદરૂપ થયેલા હોય છે. કબીર સાહેબ કહે છે કે જે લોકો ભગવાનના નામનું રહસ્ય, ધ્યાન, ધૈર્ય, જ્ઞાનને પવિત્ર વિચારો દ્વારા પામી જાય છે. તેઓ આદિ અને અંત, જન્મ અને મૃત્યુથી પર થઈ જાય છે.

નગરમેં સાધુ અદલ ચલાઈ

સાર સબદ કો પટા લીખાવો જમ સે લેહુ લડાઈ ।
પાંચ પચ્ચીસ કર સબ આપન સહજ નામ સમાધિ ॥
સુરતિ શબદ એક સમ રાખો મનકા અદલ ઉઠાઈ
કામ ક્રોધકી પૂંજી તો લો, સહજ કાલ રબી જાય ॥
સુરતિ ઉલટી પવન કે સાધો, ત્રિકુટી મધ્યે ઠહરાઈ ।
સોહં સોહં બાજા બાજૈ, અજર પુરી દર્શાઈ ॥
કહે કબીર સૂનો ભાઈ સાધુ, સતગુરુ વસ્તુ લખાઈ ।
અધર ઉધર બીચ તારી લાયો, તુબ વા લોકે જોઈ ॥

આ શરીરરૂપી નગરીમાં સાધકે લશ્કર વિના ઈન્દ્રિયોની સાથે લડાઈ આદરી છે. જન્મ-જન્માંતરના સંસ્કારો રૂપી અદષ્ટ સાથે રાખીને યમની સાથે લડાઈ આદરી છે. પાંચ ઈન્દ્રિયો અને પચ્ચીસ તત્ત્વો (પ્રકૃતિઓ) પોતાને વશ કરીને સહજ મંત્ર સોહંગમાં લીન થવાનું છે. મંત્રને પ્રાણ-અપાનમાં જોડીને મનની વૃત્તિઓ લય કરવાની છે. કામ ક્રોધ રૂપી વૃત્તિઓના સંસ્કારને ભૂંસીને, કાળને - મૃત્યુને સહજ રીતે જીતવાનું છે. પ્રાણ-અપાનની ગતિ ઉર્દ્વ કરીને ભ્રકુટી વચ્ચે તેને સ્થિર કરવાની છે. આમ થશે ત્યારે સોહંગ - સોહંગનું દિવ્યસંગીત અજપા જાપ રૂપે સંભળાશે અને અવિનાશી તત્ત્વનું દર્શન થશે. કબીર કહે છે કે ભાઈઓ આવી રીતે સાધના કરો. સદ્ગુરુએ તમને કેટલી અમૂલ્ય વસ્તુનું દર્શન કરાવ્યું છે. ઉપર જતાં અને નીચે ઉતરતાં પ્રાણ અપાનનો તાર સ્થિર કરીને તમને શિવલોક સુધી પહોંચાડયાં છે.

કોઈ સૂનતા હૈ ગુરુજ્ઞાની ગગનમે અવાજ હોતી હૈ જીની ।
સોહંગ-સોહંગ બાજા બાજે, ત્રિકુટિ શબ્દ નિશાની ।
ઈંગળા-પિંગળા સુખમન સોબે શ્વેત ધ્વજા ફહરાની ॥
જહાં તે આવે નાદ વિદાતે ઈહાં જમાવત પાની ।
સબ ઘટ પૂરણ બોલ રહા હૈ, અલખ પુરુષ હૈ જ્ઞાની ॥
વહાસે આયે પટા લીખાએ, તૃષ્ણાં નહીં બુજાણી ।
અમૃત છોડ વિષય રસ પીયૌ, ઉલટા ફાંસ ફસાની ॥
કહ હી કબીર સુનો ભાઈ સાધુ, અગમ નિગમ કી બાની ।
દેખ દિન જીતના જગ દેખા, સહ જૈ અમર નિશાની ॥

આકાશમાં સુક્ષ્મ નાદ સ્પંદિત થઈ રહયો છે. તેનું શ્રવણ માત્ર જ્ઞાની ગુરુ જ કરાવી શકે. આ નાદ છે સોહંગ શબ્દનો. તેનું સંગીત ત્રિકુટિની વચ્ચેથી નિરંતર વહી રહયું છે. ઈંગળા અને પિંગળા નાડીમાંનો પ્રાણ જયારે સુષુમ્ણામાં પ્રવેશ કરે છે. ત્યારે સાધકને શ્વેતજયોતિનું દર્શન થાય છે.

જાણે સફેદ ધજા ફરકતી ન હોય. પરમ ચૈતન્યરૂપી મૂળ સ્ત્રોતમાંથી નાદનું ઝરણું વહે છે. અને તેના શ્રવણથી શરીર પ્રતિ ધ્વનિત થઈ રહયું છે. જે આ જાણે છે તે બ્રહ્મમય બની જાય છે. જન્મો-જન્મોના સંસ્કારોરૂપી ભાગ્યપટો લખાવીને તું

અહીં આવ્યો છે. છતાં હજી પણ તારી તૃષ્ણા છીપી નથી ? નાદ રસામૃત છોડીને તું વિષયોરૂપી રસ ચાખીને સંસાર પ્રપંચમાં ફસાતો રહે છે. માટે કબીર સાહેબ કહે છે કે.... 'ભાઈ સાધક, હે દિનબંધુ, શાસ્ત્રો કહે છે કે જયાં તું નજર ફેરવશે ત્યાં તને આ અમરનાદની નિશાની દેખાશે. એટલે કે આ નાદ જે સર્વત્ર સુક્ષ્મરૂપે વ્યાપી રહેલો છે. તે સુક્ષ્મ કર્ણ દ્વારા(વગર કાને)સંભળાશે.'

૩. સંતસ્વરૂપાનંદની વાણી

સોહંગ સોહંગ ધ્યાસ લાગતા જીવાસ ।
હોત સે નિરાશ સંમોહાચા ॥
ત્રિગુણોસે ભાન હાર પે મીપણ ।
હોતાં સાહં ધ્યાન નિરંતર ॥
અંતી એકમય ધ્યાતા ધ્યાન ધ્યેય ।
હોતા જ્ઞાનોદય અંતરયામી ॥
સ્વામી મ્હણે મગ સ્વાનંદ દાચા ભોગ ।
હોય તો હિ સાંઈ સુખ-રૂપ ॥

સોહંગ સોહંગ મંત્રનું રટણ કરતાં કરતાં જયારે મન લય પામે છે ત્યારે ભ્રમ ભાંગી જાય છે. સોહંગ મંત્ર સહિત ધ્યાન કરતાં અહંભાવ અને ત્રિગુણોનો બોધ પણ નષ્ટ થઈ જાય છે. અંતે ધ્યાતા-ધ્યાન-ધ્યેય એ ત્રિપુટી એકત્ત્વ પામે છે. અને અંતરમાં જ્ઞાનનો ઉદય થઈ જાય છે. સ્વામી કહે છે કે ત્યાર પછી માત્ર અંતર આનંદનું સુખ અંગે અંગમાં વ્યાપી જાય છે. અને અખંડ આનંદની અનુભૂતિ થાય છે.

તા. ૦૬-૦૫-૨૦૨૧ બસ એ જ...
ગોંડલ દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ.
જય ભગવાન.

:::::-:::::

૧૪. આત્મસાક્ષાત્કાર માટેનો પ્રયોગ

અત્યાર સુધી આપણે આત્મા પરમાત્મા વિશેનું જ્ઞાન સમજયાં તેમાં પ્રકૃતિ અને પુરુષ અથવા શિવ અને શકિત શું છે તેના વિશેનો ખ્યાલ આવ્યો. **બધાં દુઃખનું કારણ આપણાં સ્વરૂપ વિશેનું અજ્ઞાન છે. આપણું મૂળસ્વરૂપ સચ્ચિદાનંદ એવો આપણો આત્મા છે. જો આત્માનું અપરોક્ષ જ્ઞાન થાય તો બધાં દુઃખનો નાશ થાય અને આપણે જીવનમુકત થઈને આખરે નિર્વાણપદને પામીએ છીએ.** અત્યાર સુધી આપણે પરોક્ષ રીતે આત્મા-પરમાત્મા વિશે સમજયાં છીએ. આને આપણાં સ્વરૂપ વિશેની સમજણ ચોખ્ખી થઈ કહેવાય. હવે જયારે સમ્યક જ્ઞાનનો આપણે સાક્ષાત્કાર કરીએ તો તે જ્ઞાનનો આપણને અપરોક્ષ રીતે અનુભવ થયો કહેવાય. અને ત્યારે જ આપણને તે જ્ઞાનનો લાભ આપણાં જીવનમાં મળે છે અને આપણાં માટે કલ્યાણકારી બને છે.

હવે આપણે આપણાં સ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર કરવા માટે પ્રયોગની શરૂઆતથી આત્માના અનુભવ સુધીની રીત તથા તેના સાધનો અને તેમાં વપરાતા શબ્દોની વ્યાખ્યાઓ વગેરે વિશે જાણતા જઈએ અને આગળ વધીએ.

પ્રયોગ : પ્ર એટલે પોતે(જાતે), યોગ એટલે જોડાણ. પોતે પોતાની સાથે જોડાણ કરવું. એટલે કે મનરૂપે પોતે જ છે અને આત્મા પણ પોતે જ છે. તો મનનું આત્માની સાથે મિલન કરવું તેને પ્રયોગ કહેવાય કે જે પ્રયોગથી પોતાને પોતાનું જ સાચું જ્ઞાન થાય છે. (અપરોક્ષથી)

પરોક્ષજ્ઞાન : શાસ્ત્રોમાંથી કે સત્સંગમાંથી, ઈન્દ્રિયો મારફતે કે મનબુદ્ધિ દ્વારા મેળવેલા જ્ઞાનને પરોક્ષજ્ઞાન કહેવાય.

અપરોક્ષજ્ઞાન : કોઈપણ જાતના અવલંબન વગર કે ઈન્દ્રિયો કે મન બુદ્ધિના જ્ઞાનનો ઉપયોગ કર્યા વગર જે અનુભવાય તે અપરોક્ષનો અનુભવ કહેવાય. તેને ઈન્દ્રિયાતિત પણ કહે છે.

પ્રયોગનું સ્થળ (લેબ) : મનુષ્ય શરીર. આ પ્રયોગ માટે મનુષ્ય દેહ અવશ્ય

હોવો જોઈએ.

સાધનો : દેવતાઓને પણ દુર્લભ એવો મનુષ્ય દેહ છે. કારણ કે તે આત્મજ્ઞાન મેળવવા માટે મુખ્ય સાધન છે. અને તેમાં રહેલ કર્મેન્દ્રિયો, જ્ઞાનેન્દ્રિયો, મન, બુધ્ધિ, ચિત્ત, અહંકાર, પ્રાણ વગેરેનો યોગ્ય પ્રમાણમાં ઉપયોગ કરીને પ્રયોગમાં સફળતા મેળવવી છે. માટે એ બધા સાધનો આપણને આ સર્વોત્તમ કાર્ય માટે ખૂબ જ ઉપયોગી છે.

સદ્ગુરુ : આ પ્રયોગ કરવા માટેનું યથાર્થ જ્ઞાન ધરાવનારા એવા અનુભવી બ્રહ્મજ્ઞાની, બ્રહ્મનિષ્ઠ, બ્રહ્મવેતા જયારે સદ્ગુરુ રૂપે મળે ત્યારે પ્રયોગ માટેનું જ્ઞાન-વિજ્ઞાન અને તેની રીત વિશેની સાચી સમજણ અને સદ્બોધ (ગુરુમંત્ર)આપે છે. તેનો જાપ કેમ કરવો તે વિષે માર્ગદર્શન પુરૂ પાડે છે. (લેબોરેટરીમાં જેમ ડેમોસ્ટ્રેટર કામ કરે છે તેમ સદ્ગુરૂ પણ જરુરી સૂચનાઓ અવારનવાર જરુર જણાય ત્યારે આપતા રહે છે)

પદ્ધતિ : પ્રયોગ કરવાની ઘણી બધી રીત છે જેમ કે ભકિતયોગ, કર્મયોગ, ધ્યાન યોગ, હઠ યોગ, રાજ યોગ, સૂરતા-શબ્દ યોગ, સહજ યોગ વગેરે વગેરે. આપણે જે પદ્ધતિ અપનાવીએ છીએ તે સૂરતા-શબ્દ યોગ છે. તેને હંસ બોધ પણ કહેવાય. નામ સ્મરણ પણ કહેવાય. કે જે આપણી અંદર સહજ રીતે ચાલી રહ્યો છે. જેની આપણને વિસ્મૃતિ થઈ ગયેલ છે.

તેને ફરીથી સમજીને સ્વરૂપ તરફ પાછા વળીને સરળ અને સાહજીકતાથી સ્વરૂપમાં સ્થિત થવાનો યોગ સાધવો છે. તો આ સૂરતા-શબ્દના યોગમાં સફળતા મેળવવા માટે સૌ પ્રથમ સૂરતા અને શબ્દ એટલે શું ? અને તેને કેવી રીતે સાધી શકાય ? એ સમજવું ખૂબ જરૂરી છે. કારણ કે સૂરતા અને શબ્દનો યોગ થાય તો જ પોતાના સ્વરૂપ એવા આત્મામાં સ્થિત થવાય છે.

સૂરતા : આપણું મન જયારે ઈન્દ્રિયો મારફતે બહાર ભમતું હોય, જેમ કે જોવામાં, સાંભળવામાં, સુંઘવામાં, ચાલવામાં, કાર્ય કરવામાં વગેરે વગેરે બહારના

પદાર્થો કે વિષયોમાં ભમતું હોય ત્યારે તેને મનની બહીર્મુખી વૃત્તિ કહેવાય છે. અને જયારે મન ઈન્દ્રિયોમાં ન જતાં કપોલ કલ્પનાઓ અને સ્વપ્નાઓ રચતું હોય ત્યારે તેને મનની માયાવી વૃત્તિ કહેવાય.

અને જયારે ઈન્દ્રિયો પણ પોત પોતાના વિષયોમાં બહાર ભમતી હોય ત્યારે તેને વિષયી વૃત્તિઓ કહેવાય છે. આમ જયાં સુધી મન અને ઈન્દ્રિયો બહીર્મુખી થઈને જગતના પદાર્થો કે વિષયોમાં ભમે છે ત્યાં સુધી બધા કલેશો જેમ કે હું, મારું, રાગ, દ્વેષ, વગેરે તથા વિકારો કામ, ક્રોધ, દ્વેષ, લોભ, મોહ, વગેરે અનેક દોષો વડે જીવ દુઃખી થતો રહે છે અને વિનાશના માર્ગે આગળ વધે છે. ભગવત ગીતામાં પણ કૃષ્ણે અર્જુનને સમજાવતા કહેલું કે જો વિષયમાં રહે ધ્યાન તો તેનાથી આસકિત ઉપજે. આસકિતથી જન્મે કામ, કામથી ક્રોધ નિપજે અને ક્રોધથી મુઢતા આવે. તથા મુઢતાથી સ્મૃતિનું હરણ થઈ જાય છે. અને સ્મૃતિ લોપે, બુદ્ધિનાશ આખરે બુદ્ધિના નાશથી સર્વનાશ થાય છે. તેથી જગતના દુઃખોમાંથી છૂટવા માટે મન અને ઈન્દ્રિયોની રાગ, દ્વેષવાળી બહિર્મુખી વિષય વૃત્તિઓમાંથી પાછી વાળીને પોતાના સ્વરૂપ આત્મા તરફ સ્થિત કરવી એટલે કે અંતરમુખી બનાવવી કે જેને યોગની ભાષામાં પ્રત્યાહાર કહેવાય છે.

આમ પાંચેય ઈન્દ્રિયોની ચેતના(તન માત્રા)અને મનમાં રહેલી ચેતનાનો એકદોર કરીને પોતાના સ્વરૂપ તરફ વાળીને આત્માનું સ્મરણ કરવું. આ રીતે આત્માનું સ્મરણ જેના વડે થાય તેને સૂરતા કહેવાય. આમ પહેલા સૂરતાને સાધી એકદોર કરી અને યોગ સાધવા માટે શબ્દમાં લગાવવી જોઈએ.(એકદોર એટલે પાંચ વિષયવૃત્તિ અને એક મનોવૃત્તિ. આમ છ એ વૃત્તિને એક સાથે એક કેન્દ્રમાં લગાવવી.)

જેમ કે છ દોરાને ભેગા કરીને એક દોરી બનાવવી. હવે તે કેમ કરવું તે જરા સમજી લઈએ. આપણી અંદર રહેલ ચૈતન્ય શકિત ઈન્દ્રિયો મારફતે અને મન મારફતે સતત વપરાતી રહે છે. જે બિનજરુરી જીવન ઊર્જાનો વપરાશ અટકાવીને જો બચાવવામાં આવે તો આપણી અંદર જગતના સંતાપો અને શારીરિક તથા માનસિક દુઃખ દર્દનો સામનો કરવાની શકિતમાં વધારો થતો જાય. જેને આત્મબળમાં વધારો થયો કહેવાય. (જેમ કુવામાંથી પંપ દ્વારા ખેંચવામાં આવતું પાણી જરૂરી હોય ત્યારે કુંડીમાં જાય અને જરુર ન હોય ત્યારે પાછુ કુવામાં જ પાઈપ દ્વારા ઠાલવવામાં આવે. તેમ આપણી અંદર રહેલી શકિત બિનજરુરી બહાર જતી અટકાવીને પાછી

તેના મૂળમાં ઠાલવાથી આપણી શકિતમાં વધારો થતો જશે. એ શકિત આપણી સૂરતા સાધવામાં ખૂબ જ ઉપયોગી થાય છે.

હવે સૂરતાને સાધવાની રીત આપણે સમજી લઈએ. આપણી અંદર રહેલ બધી શકિતનો સ્રોત પ્રાણ છે. અને પ્રાણનો સ્રોત હૃદય કેન્દ્ર. કે જયાંથી પ્રાણ ઊઠે છે તેને આંતરિક કુંભક પણ કહે છે. કે જયાંથી પ્રાણ ઊઠીને બહાર તરફ જાય છે. અને બહારથી આવતો અપાન જે સ્થાન ઉપર લય પામે છે અને એ જ સ્થાનેથી પાછો પ્રાણ બહાર નીકળે છે તેને પ્રાણનું હૃદય કેન્દ્ર કહેવાય છે. હવે સૂરતાને સાધવા માટે હૃદય કેન્દ્રને ધ્યાનનું કેન્દ્ર બનાવીને આપણી બધી ઈન્દ્રિયોની અને મનની શકિતને ત્યાં કેન્દ્રિત કરવાં માટે આપણને અનુકૂળ હોય તેવા સમય અને સ્થળે શાંતિથી શરીરની અનુકૂળતા પ્રમાણે આસન પાથરીને બેસવું.

આમ શાંતિથી બેસીને આપણી કર્મેન્દ્રિયો મારફતી જતી શકિતઓ પ્રાણમાં રોકાય રહેશે. જેમ કે ચાલવાનું બંધ, હાથથી કાર્ય બંધ, જીભથી બોલવાનું બંધ એમ બધી કર્મેન્દ્રિયો મારફતી જતી શકિત રોકાય જશે. ત્યારબાદ મન, વિચારો અને કલ્પનાઓ કરતું રહેતું હોય છે. અને તે મારફતે શકિત બહાર જતી હોય છે. તેને રોકવા માટે મનને પ્રાણ સાથે જોડી દેવું જોઈએ. તે માટે શ્વાસ-ઉચ્છવાસમાં જે સહજ રીતે રહેલ શબ્દ હં અને સો જે ચાલી રહેલ છે તે અપાન અને પ્રાણની સાથે મનને જોડવાથી મનની શકિત વેડફાતી બંધ થઈને પ્રાણની સાથે પાછી વળે છે.

હવે મનને પ્રાણની સાથે જોડવા જયારે શ્વાસ લેવામાં આવે ત્યારે મન હં નું ચિંતન કરે અને ઉચ્છવાસ વખતે મન સો નું ચિંતન કરે તો મન ધીમે ધીમે પ્રાણ સાથે જોડાઈ જશે. આ ચિંતન કરવા માટે જીભ કે હોઠ કે કંઠની મદદ વગર માત્ર મન વડે જ એ શબ્દને પ્રાણની સાથે ઘુંટવાનો છે. આને મન-પવનની માળા કહેવાય. તે જાપ હાલતાં, ચાલતાં, ખાતાં, બેઠાં કે કોઈ કાર્ય કરતાં પણ થઈ શકે છે.

હવે જ્ઞાનેન્દ્રિયો મારફતે બહાર જતી કુલ શકિતના ૮૦-૮૫ ટકા શકિત દૃષ્ટિ મારફતે બહાર જતી હોય છે. તેને રોકવા માટે આપણે આંખો બંધ કરીએ તો પણ બંધ આંખે પણ કયાંયને કયાંય પહોંચી જાય છે. ભૂતકાળની સ્મૃતિઓને યાદ કરીને જોવા માંડે છે. કલ્પનાનાં નગરો પણ જોવા લાગે છે. તેને પાછી વાળવી ખૂબ જ જરુરી છે. અને તેમ કરવા માટે જે કુંભકનું સ્થાન છે કે જયાં અપાન લય પામે છે અને ત્યારબાદ પ્રાણ જાગૃત થાય છે.

તે કુંભકના સ્થાને આંતરિક નજર (દૃષ્ટિ) થી ધ્યાન ધરવું. એટલે કે તે સ્થાને આંતર દૃષ્ટિ સ્થિર કરવી. કે જેથી દૃષ્ટિ મારફતે જતી જીવનઊર્જા પાછી પ્રાણના મૂળમાં જઈને વેડફાતી બંધ થશે. (પ્રત્યાહાર થશે) હવે અપાન લય પામી જાય છે અને પ્રાણ જાગૃત્ત થયો નથી તે વચ્ચેના ગાળાને કુંભકનો સમય કહેવાય છે.

તે વચ્ચેના સ્થાનમાં સાંભળવાની આંતરિક શકિત (સાંભળવાની તન્માત્રા) ને પણ ત્યાં સ્થિર કરવી. કે જેથી સાંભળવા મારફતે બહાર જતી શકિત(૧૨-૧૩ ટકા)નું વેડફાતું બંધ થઈને પ્રાણના મૂળમાં પાછી વળશે. (પ્રત્યાહાર થશે) બાકી રહેલ ઘ્રાણેન્દ્રિયની શકિતને રોકવા માટે તેને પણ તે કેન્દ્ર સાથે લગાવીને અંતરમુખી બનાવથી આમ બધી જ્ઞાનેન્દ્રિયોની શકિતને રોકીને પ્રત્યાહાર કરીને એક જ કેન્દ્રમાં અંતરમુખી બનાવી શકાય છે.

આમ મનની બધી શકિતઓ કર્મેન્દ્રિયો, જ્ઞાનેન્દ્રિયો કે વિચાર-કલ્પના મારફતે બહાર તરફ જતી બહિર્મુખી વૃત્તિઓને જીવની વૃત્તિ કહેવાય અને જ્યારે શકિતઓ અંતર્મુખી થઈને પોતાના સ્વરૂપ આત્મા તરફ વળે તો તેને આત્મવૃત્તિ કહેવાય. અને એ જ આત્મવૃત્તિને સૂરતા પણ કહેવાય (તેને રૂહા પણ કહેવાય છે). મનથી સ્મરણ, દૃષ્ટિથી ધ્યાન, કર્ણથી આંતરિક શ્રવણ. આમ સ્મરણ, ધ્યાન અને ભજન (અજપા) કરીને સૂરતાને સાધી લેવી અને એ સૂરતા વડે શબ્દનો યોગ સાધી લેવો જોઈએ. તો હવે એ શબ્દ શું છે એ સમજીએ.

શબ્દ : અગાઉ આપણે મંત્ર અને પ્રાણના વિભાગમાં શબ્દ શું છે ? તેની ઉત્પત્તિ કેવી રીતે થાય છે ? વગેરે વગેરે ખૂબજ ઊંડાણપૂર્વક વિસ્તારથી સમજાવવામાં આવેલ છે. તે પરથી સંક્ષિપ્તમાં કહીએ તો મૂળ શબ્દની ઉત્પત્તિ અસ્તિત્વરૂપે રહેલ પરિબ્રહ્મ પરમાત્માની ચૈતન્ય શકિતમાંથી દિવ્યનાદ ઓમકાર કે તેને મૂળ વચન, સદ્દગુરુ શબ્દ, સતનામ વગેરે બધાં પરમાત્માના પર્યાય શબ્દો છે. પ્રણવનાદને ઓહંગ શબ્દ પણ કહેવામાં આવે છે.

ઓમકાર એ ઈશ્વરવાચક શબ્દ છે. પ્રણવનાદની અનુભૂતિ એ જ ઈશ્વરની અનુભૂતિ કહેવાય. તે નાદને બ્રહ્મ પણ કહેવાય. માટે તેને નાદબ્રહ્મ પણ કહેવામાં આવે છે. કે જે શબ્દ આપણાં નાભિ કેન્દ્રની બાજુમાં સુશુપ્ત અવસ્થામાં કુંડલીની શકિતરૂપે રહેલ છે. વિરાટમાં સમષ્ટિનાં કેન્દ્રમાંથી જે મૂળ સ્પંદ (પ્રણવનાદ, ઓમકાર કે મૂળવચન) માંથી પ્રાણ શકિતઓ વાયુ સ્વરૂપે સ્ફૂરી રહેલ છે.

તે શકિત આપણે શ્વાસ-ઉચ્છવાસ વડે આપણાં શરીરમાં ૭૨૦૦૦ નાડીઓ મારફતે બધે ફરતી રહે છે. અને તેનાથી જ નાદ ઉત્પન થાય છે. તેને અનાહત નાદ પણ કહેવામાં આવે છે. તે નાદ ઘંટડી, ઝાંઝરી, ઝાલરી, શંખનાદ, ઘંટનાદ, તુરાં કે તમરાં આસમાની અવાજ વગેરે અનેક રીતે આપણી અંદર ગુંજી રહેલ છે. તે નાદ વગર કાને સંભળાય છે અને વગર દાંડીએ નોબત વાગે છે. વગર જીભે બોલાય છે. માટે તેને ઈશ્વરનો અવાજ કે નાદબ્રહ્મ કહેવાય છે. અને વગર કાને સંભળાય છે એટલે આત્મા પોતે કાન વગર સાંભળી શકે છે. આમ બ્રહ્મના અવાજને આત્મા (સૂરતા) સાંભળે છે એટલે કે પોતે (આત્મા) પોતાને (બ્રહ્મને) સાંભળે છે. બ્રહ્મ બોલે છે અને આત્મા સાંભળે છે. પણ આત્મા એ જ બ્રહ્મ છે માટે પોતે બોલે ને પોતે જ સાંભળે છે. એમ કહેવાય છે.

હવે આપણે મૂળ વાત ઉપર આવીએ કે જે શબ્દ સાથે સૂરતાનો યોગ કરવો છે તે મૂળ શબ્દ (પ્રણવ) આપણી અંદર સુશુપ્ત છે. તેને જાગૃત્ત કરીને તેની સાથે સૂરતા ભળી જાય ત્યારે આપણી આધ્યાત્મિક યાત્રા માટેના આપણાં પ્રયત્નો પૂરા થાય છે. અને તે કુંડલીની શકિત બાકીની યાત્રા પુરી કરીને આપણને નિર્વાણ પદ સુધી પહોંચાડે છે.

તો આ સાધના કરવા માટે આપણે કયાંય બહાર જવું પડે કે સંસાર છોડવો પડે તેવું નથી. આપણાં રોજ-બરોજના કાર્યો કરતાં કરતાં આ સાધના ખૂબ જ સરળતાથી અને સહજ રીતે થઈ શકે છે. તે માટે સૌ પ્રથમ સૂરતાને સાધવી પડે.

તા. ૦૭-૦૫-૨૦૨૧ બસ એ જ...
ગોંડલ દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ.
જય ભગવાન.

:::::-:::::

૧૫. ગુરુમંત્રનો હેતુ કે મહત્વ

અગાઉ આપણે જોઈ ગયાં છીએ કે જે શબ્દો વડે(ગુરુમંત્ર)આપણે સાધના કરવાની છે તે શબ્દો ચેતનવંતા હોવા જોઈએ. માત્ર જડ શબ્દોથી યોગ સાધી શકાતો નથી. એટલે જ્ઞાની ગુરુ પાસેથી મેળવેલા શબ્દો અને બતાવેલી રીત પ્રમાણે કોઈ શાંત જગ્યાએ બેસીને મંત્રજાપ(મન પવનની માળા)કરતાં રહેવાથી મંત્રમાં રહેલી ચેતન શકિત, આપણી અંદર રહેલ અંતર સ્પંદ સાથે તાદાત્મ્ય પ્રાપ્ત કરાવવાનું સામર્થય ધરાવે છે.

આમ મંત્રમાં મનુષ્યને જીવ ભાવમાંથી બદલીને તેને શિવભાવમાં રૂપાંતરીત કરવાની ક્ષમતા સહજ રીતે રહેલી છે. એટલે કે મંત્રની અંદર દેહભાવના (દેહાધ્યાસ) જેવા મર્યાદિત જ્ઞાનનો નાશ કરવાની અને ઈશ્વર સાથે તાદાત્મ્ય કરાવવાની શકિત રહેલી છે. એટલે જ મંત્રોને શિવનું સ્વરૂપ માનવામાં આવે છે. (નામ એ જ રામ છે)એટલા માટે આપણે જે મંત્ર જપીએ તે મંત્ર જ્ઞાની ગુરુ પાસેથી મેળવેલો હોવો જોઈએ. તે મંત્રની અંદર રહેલ શકિત સંપૂર્ણ રીતે જાગૃત્ત કરેલી હોવી જોઈએ. તે જડ હોવો જોઈએ નહીં.

મંત્ર વિશેની સમજ માટે પહેલા આપણે કહી ગયાં છીએ તે વાતને ફરીથી રજુ કરવી અસ્થાને નથી. માટે જેમ જેમ ગુરુમંત્રનો જાપ કરતાં જઈશું તેમ તેમ તેના સ્પંદનો પ્રાણ સાથે ભળતા જશે. આ સ્પંદનો હૃદય સુધી પહોંચીને શરીર અને મનને શુધ્ધ કરી નાંખે છે.

આમ મંત્રનું શુધ્ધભાવે રટણ કરતાં રહેવાથી તે ક્રમશઃ વૈખરીમાંથી મધ્યમાની કક્ષાએ અને ત્યાંથી પછી પશ્યંતિ કક્ષાએ અને જેમ જેમ વાણીના સુક્ષ્મથી સુક્ષ્મત્તર સ્તરો પસાર કરશે ને તેમ તેમ આપણી અંદર સુક્ષ્મથી પણ સુક્ષ્મ કક્ષાઓનું શુધ્ધિકરણ થશે અને આમ પવિત્રભાવથી મંત્ર જપતાં પરાવાણી સુધી પહોંચી જઈશું.

અને ત્યાં આપણને આત્માનો સ્પર્શ થશે. ત્યારે આપણે શુધ્ધ અહંની સ્થિતિ કે જેમાં આપણે પોતે, મંત્ર અને આપણો અંતર આત્મા ત્રણેય શુધ્ધ ચેતનરૂપે સ્પંદિત થતાં અનુભવાશે. જયાં સુધી સ્થૂળ કક્ષાએ મંત્ર જપતાં રહીશું ત્યાં સુધી તેનો એક નાદ અથવા અક્ષરનાં અવાજ રૂપે અનુભવ થશે. પરંતુ ગુરુની

કૃપાથી આ સ્થિતિથી પણ ઉચ્ચ સ્તરે પહોંચીશું ત્યારે અક્ષરનાં દિવ્ય સ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર થશે.

જે કોઈ શબ્દો કે બારાખડીના અક્ષરો જયારે બોલાય છે. તેના ત્રણ સ્વરૂપો હોય છે.

૧. સ્થૂળ સ્વરૂપ (વૈખરીવાણી) : કે જે જીભ મારફતે બોલાય છે અને કાનમારફતે સંભળાય છે. તેને વર્ણાત્મક શબ્દ કહેવાય.

૨. સુક્ષ્મ સ્વરૂપ (વિચારવાણી) : જે માત્ર મનથી જ વિચાર રૂપે અનુભવાય છે. કાનથી સંભળાતું નથી. માટે તેને સુક્ષ્મ વર્ણાત્મક શબ્દ કહે છે.

૩. દિવ્ય સ્વરૂપ (નાદબ્રહ્મ) : ધ્રુનાત્મક સ્વરૂપ કે જેને ધ્રુનાત્મક શબ્દ અથવા નાદબ્રહ્મ કહેવાય છે. આ ધ્રુનાત્મક શબ્દમાંથી સૂક્ષ્મરૂપે વર્ણાત્મક શબ્દ બને છે. અને ત્યારપછી સ્થૂળરૂપે જીભ મારફતે બારાખડીના અક્ષરો રૂપે બોલાય છે. તેને વર્ણાત્મક શબ્દો કહેવાય છે.

આમ જોઈએ તેા વાણીના ચાર પ્રકાર છે.

(૧) પરાવાણી **(૩) મધ્યમાવાણી**

(૨) પશ્યંતિવાણી **(૪) વૈખરીવાણી**

જયારે શબ્દ મૂળમાંથી નાદબ્રહ્મરૂપે(ધ્રુનાત્મકરૂપે)ઊઠે છે ત્યારે તેને પરાવાણીના શબ્દ કહેવાય. ત્યારબાદ હૃદય સુધી પહોંચે ત્યારે હૃદયની(ચિત્તની)વૃત્તિ સાથે જોડાઈને ભાવરૂપે પ્રગટ થાય છે. તેને પશ્યંતિ કહેવાય અને ત્યાંથી આગળ વધતાં મનમાં દાખલ થાય ત્યારે મનની વૃત્તિ સાથે સંયોજીત થઈને સુક્ષ્મ શબ્દોનું વર્ણાત્મક સ્વરૂપ થઈને વિચાર રૂપે ઘાટમાં આવે છે. ત્યારબાદ એ વિચાર(સુક્ષ્મરૂપ)જયારે જીભ મારફતે બોલાય અને કાન મારફતે સંભળાય તેને વૈખરીવાણી કહેવામાં આવે છે.

આમ મૂળમાંથી નિકળેલ દિવ્ય પરાવાણી જયારે હૃદયમાં રહેલી અશુદ્ધિ સાથે મળવાથી થોડી અશુદ્ધ થઈને પછી મનમાં જાય છે ત્યાં મનમાં પણ વિષય-વિકારોની અશુદ્ધિઓ રહેલી હોય તેની સાથે મળીને વધુ વિકૃત રૂપ ધારણ કરીને જીભ મારફતે વૈખરી રૂપે જયારે બહાર આવે છે ત્યારે તે વાણી ખૂબ જ કષ્ટ આપનારી અને પોતાની મૂળ દિવ્યતાને ગુમાવીને સત્તા શકિત વગરની થઈને બંધનમાં નાખીને કલેશો ઉત્પન્ન કરે છે.

માટે મન, ઈન્દ્રિયો, હૃદય વગેરે શુધ્ધ કરવા ખૂબ જ જરુરી છે. જો હૃદય, મન, ઈન્દ્રિયો સંપૂર્ણ રીતે શુધ્ધ હશે તો આપણા પ્રાણ પણ એકદમ સમાન અને સમતોલ રીતે ચાલશે. પ્રાણ સમતોલ થતાની સાથે આપણી કુંડલીની શકિત જાગૃત્ત થાય છે ત્યારે ત્યાંથી પરાવાણી (પ્રણવનાદ રૂપે) ઊઠે છે અને શુધ્ધ હૃદયમાંથી અને ત્યાંથી શુધ્ધ મનમાંથી અને ત્યાંથી શુધ્ધ ઈન્દ્રિય જીભમાંથી જયારે બોલાય છે **ત્યારે તે બોલે છે તે બીજો નથી પરમેશ્વર પોતે છે.**

અને તેના શબ્દો આત્માની શકિત સત્તાવાળા હોવાથી તે શબ્દો જીવંત કહેવાય છે અને એવાં ચેતનવંતા શબ્દો જયારે આપણને ગુરુ મારફતે મળેલા હોય તો તે શબ્દોની મદદ વડે બતાવેલી રીત પ્રમાણે સમરણ કરીએ તો ચોકકસ પ્રમાણે આપણે સૂરતાને સાધી શકીએ અને એ સૂરતા વડે મૂળ શબ્દ (નાદબ્રહ્મ) જાગૃત્ત કરીને સૂરતા શબ્દનો યોગ સિધ્ધ કરીને આપણે બ્રહ્મરૂપે થઈને આપણું કાર્ય સિધ્ધ કરી શકીએ તેમાં કોઈપણ જાતનો સંદેહ કે શંકા નથી. અને આમ કરવાથી આપણાં હૃદયમાં શાશ્વત સુખ, પરમ શાંતિ, પૂર્ણ સંતોષ અનુભવીએ તથા ખોટું પકડાયેલું હું અને મારું પણ મુકાય જાય છે. તથા બધા પદાર્થો કે વિષયોથી આસકિત રહિત, અનાસકત, અસંગ, નિઃસ્પૃહી થઈને જીવન મુકત દશામાં એટલે કે બ્રહ્મ દશામાં શેષ જીવન વિતાવીને અંતે નિર્વાણ પદમાં ભળીને આપણું કલ્યાણ કરી શકીએ છીએ. તો આ સૂરતા શબ્દનો સહજ અને સરળ યોગ સાધી લેવો એ ઉચ્ચત્તમ કાર્ય છે.

અત્યાર સુધી આપણે પરોક્ષ રીતે સૂરતા અને શબ્દ વિશેનું શકય એટલું સિધાન્તિક(Theoretically)જ્ઞાન સમજી ચુકયાં છીએ. અને તેનું મહત્વ પણ સમજવામાં આવી ગયું છે. હવે આ સાચી સમજણવાળું જ્ઞાન આપણાં જીવનમાં ઉતારીને તેનો સાક્ષાત્કાર કરીએ તો તે જ્ઞાન રૂપે આપણે બનીએ અને તેનો સંપૂર્ણ લાભ આપણાં જીવનમાં થાય. માટે ક્રમબધ્ધ પ્રયોગ કરીને આપણે સૂરતા કેમ સાધવી તેની રીત જોઈએ.

ધારો કે એ સાધના કરવા માટે આપણને ગુરુએ છ શબ્દો (મંત્ર તરીકે) આપેલાં છે.

:::::-:::::

૧૬. ગુરુમંત્ર જાપ

ઓહંગ ગુરુજી સમરણ
સોહંગ બ્રહ્મ તું હિ

આ મંત્રનો જાપ કરવા માટે આપણે આપણને અનુકૂળ હોય તેવી શાંત જગ્યાએ, બેસવા માટે અનુકૂળ આસન જેમ કે કંતાન અથવા શણનો કોથળો કે ગરમ ગોદડી અને તેના ઉપર સૂતરાઉ ગોદડી કે સૂતરાઉ શેતરંજી વગેરે જે અનુકૂળ તે જમીન ઉપર પાથરવું. કે જેનું કદ અઢી ફૂટ બાય અઢી ફૂટની આસપાસનું રાખવું. કે જેથી આપણાં બેસવાથી આપણાં શરીરનો એકેય ભાગ જમીનને ન અડી શકે. આસનની જાડાઈ પણ એક, દોઢ કે બે ઈંચ આપણી અનુકૂળતા પ્રમાણે રાખવી.

આસન બહુ પોચું કે બહુ કઠણ પણ ન હોવું જોઈએ. જે આસનનો ઉપયોગ કરતા હોઈએ તે જ આસન કાયમ રહે તો વધું સારું. આ રીતનું યોગ્ય આસન પાથરીને તેના ઉપર અનુકૂળ હોય તે પ્રમાણે પદ્માસન કે સિધ્ધાસન કે સુખાસન કે પછી તમને ફાવે તે પ્રમાણે બેસવું. કે જેથી લાંબો સમય શાંતિથી બેસી શકાય. આમ સહજ રીતે આસન પર બેસીને શરીરને કોઈપણ જગ્યાએ તણાવ આપ્યાં વગર સીધા બેસવું કે જેથી આપણી કરોડરજ્જુ, મેરૂદંડ જમીન સાથે લગભગ કાટખૂણે રહે.(આગળ, પાછળ કે સાઈડમાં નમેલું ન રહે)આવી રીતે આસન પર બેસીને આપણાં બંને હાથની હથેળીઓ કાંતો ઘુંટણ ઉપર કે પછી એકબીજી ઉપર રાખીને ખોળામાં રાખવી અને આંખો બંધ કરીને શાંતિથી શરીરના કોઈ પણ ભાગમાં તણાવ ન રહે તેમ સહજતાથી અને સરળતાથી બેસવું. જયાં બેઠા હોઈએ તે રૂમ કે જગ્યાનું વાતાવરણ બહુ ગરમ કે બહુ ઠંડુ નહીં પણ ખુશનુમા હોય તો સારું.

આ બધી વિગતો જેણે બોધ આપ્યો હોય તેની પાસેથી જાણી લેવી. શાસ્ત્રોમાં પણ ઘણી જગ્યાએ આસનનો અને તેના સ્થળ વિશેનો ઉલ્લેખ કરવામાં આવેલો હોય છે. જરૂર જણાય તો તેમાંથી પણ જાણી લેવું.

આપણે જાણીએ છીએ કે આપણાં ઘરે કોઈપણ જાતનું ઉત્તમ કાર્ય કે ઉત્સવ કે શુભપ્રસંગ કરવો હોય તો પહેલાં આપણે પ્રસંગને અનુરૂપ માહોલ બનાવીએ છીએ અને આજુ-બાજુના તથા સગા-વ્હાલાં તથા મિત્રોને તેની જાણ કરીએ છીએ કે જેથી આપણાં કાર્યની બધાને ખબર પડે અને તેમનાં તરફથી પણ સહયોગ મળે.

અને પ્રસંગ ચાલુ કરતા પહેલા તેની સફળતા માટે ગણપતિની સ્થાપના કરીએ છીએ અને તેને પ્રાર્થના કરીએ છીએ કે અમારો પ્રસંગ સરળતાથી અને શાંતિથી પૂરો થાય તે પ્રમાણે રિદ્ધિ - સિદ્ધિ આપજો. અને હનુમાનની પણ સ્થાપના કરીને તેને યાદ કરીને પ્રાર્થના કરીએ છીએ કે અમારો આ ઉત્સવ નિર્વિઘ્નરૂપે પૂરો થાય તેનું તમે ધ્યાન રાખજો.

એવી જ રીતે આ સાધના કરવી છે તે તો જીવનનું સર્વોત્તમ કાર્ય છે. **આ કાર્ય આપણાં મનનું છે.** તો મને (આપણે) તેની આજુ-બાજુના સગા-વ્હાલાં, મિત્રો જેવા કે ઈન્દ્રિયો, બુદ્ધિ, ચિત્તની બધી વૃત્તિઓ, મનમાં રહેલા રાગ-દ્વેષ-અહંકાર વગેરેને જાણ કરીને એવો માહોલ ઊભો કરવો કે જેથી એ બધા મનના સગા-વ્હાલા પોતાને હેરાન ન કરે અને બને તેટલો તે કાર્યમાં સહયોગ આપે એટલે કે આપણાં અંતઃકરણમાં એવો માહોલ બનાવવો કે જેથી બધાને આપણું કાર્ય પસંદ હોય.

હવે આપણે સાધનાની શરૂઆત કરવી હોય ત્યારે આસન પર બેસીને (બતાવેલ રીત પ્રમાણે) પહેલાં ગણપતિની આરાધના કરવા માટે ગણપતિની માત્રા છે તેનો જાપ મનોમનથી પ્રાણની સાથે કરવો. તેની માત્રા : ઓહંગ ગંગ ગુરુ ગણપતેય નમઃ આમ પાંચ શબ્દ છે. તેની પાછળ પ્રાર્થનાનો ભાવ છે કે હે પ્રભુ (ઓહંગ), જ્ઞાની ગુરુ તમે ગણપતિ થઈને મારા પ્રસંગમાં તમારી રિદ્ધિ-સિદ્ધિ સાથે હાજર રહેજો. એમ અંતરના એવા ભાવની સાથે ગણપતિની માત્રાનો ૫ થી ૧૦ વખત શ્વાસ-ઉચ્છવાસ સાથે જાપ કરવાથી (ધ્યાન નાભિએ રાખવું) ગણપતિની સ્થાપના થઈ ગઈ કહેવાય. તો તે સુક્ષ્મ શકિત પણ આપણને સહાયરૂપ થાય છે. ત્યારબાદ આપણી સાધનામાં વિઘ્નો ન આવે તે માટે સંકટહર હનુમાનની માત્રા : ઓહંગ રંગ હરંગ અંતરમતિ હનુમાનજતિ. એ પાંચ શબ્દોનો મન વડે શ્વાસ-ઉચ્છવાસ સાથે ૫ થી ૧૦ વખત જાપ કરવો. તે જાપ કરતી વખતે અંતઃકરણમાં એવો ભાવ રાખવો કે હે પ્રભુ (ઓહંગ ઈશ્વરવાચક શબ્દ છે) મારી પ્રાર્થના છે કે મારા આ શુભ કાર્યમાં તમે હનુમાનરૂપે (સુક્ષ્મ રૂપે) હાજર રહેશો કે જેથી મારી સાધનામાં કોઈ વિઘ્નો નડતરરૂપ ન થાય. આવી ભાવના સાથે હનુમાનની માત્રાનો જાપ કરવાથી તે સુક્ષ્મ શકિતની સ્થાપના થઈ ગઈ કહેવાય. તેથી તે કાર્યમાં વિઘ્નો નડે નહીં.

ઉપરોકત બંને માત્રાનો જાપ કરતી વખતે આપણી બંધ આંખે જયાં અપાન

લય પામે છે અને પ્રાણ હજી ઊઠયો નથી તે સ્થાનને કુંભકનું સ્થાન કહે છે તે ખાલી જગ્યામાં ધ્યાન રાખવું અને મન વડે પ્રાણ સાથે શબ્દો ઘુંટવા.

ઉપર પ્રમાતે આસન ગોઠવી, તેની ઉપર સ્થિર બેસી, સારો માહોલ બનાવી (અંતર ઘટમાં) ગણપતિ અને હનુમાનજતિના માત્રાના જાપ જપી લીધા બાદ ગુરુ મહારાજે છ શબ્દો આપેલા છે તેનો જાપ બતાવેલી રીત પ્રમાણે ચાલુ કરવો.

હવે શ્વાસ-ઉચ્છવાસ સાથે મંત્રના છ શબ્દોને કેવી રીતે બેસાડવા તે જરા સમજી લઈએ. જયારે આપણે શ્વાસ અંદર લઈએ એને પૂરક કહેવાય અને સ્થિર રહે તે સમયને કુંભકનો સમય કહેવાય અને બહાર કાઢીએ એને રેચક કહેવાય. પૂરકને અપાન વાયુ કહે છે. અને રેચકને પ્રાણવાયું કહે છે.

હવે જયારે અપાન વાયુ દાખલ થતો હોય ત્યારે પૂરકના સમયગાળામાં ઓહંગ શબ્દને મનથી બેસાડવો. અને જયારે કુંભક થાય તે સમયગાળામાં ગુરુજી સમરણ એ બે શબ્દોને બેસાડવાના. ત્યારબાદ જે રેચક શરૂ થાય ત્યારે રેચકના સમયગાળામાં સોહંગ શબ્દને બેસાડવો અને બહારનો બીજો કુંભક થાય ત્યારે તે સમયગાળામાં બ્રહ્મ તું હિ એ શબ્દો બેસાડવા. આમ પૂરક, કુંભક, રેચક, કુંભક એમ એક સાયકલ પૂરી થાય તે દરમ્યાન મન વડે છ શબ્દોનો જાપ શ્વાસ-ઉચ્છવાસ સાથે જાપ કરવો.

સામાન્ય રીતે નિરોગી અવસ્થામાં એક મિનિટમાં ૧૨ થી ૧૫ શ્વાસ-ઉચ્છવાસની સાયકલ(રીધમ)ચાલતી હોય છે. પરંતુ આ મંત્રજાપ ઉપરોકત બતાવેલી રીત પ્રમાણે કરતાં કરતાં સહજતાથી કુંભકનો સમય વધતો જશે અને આમ થવાથી એક મિનિટમાં ૮ થી ૧૦ રીધમ થઈ જાય અને કયારેક તેનાંથી પણ ઓછી થઈ જાય કારણ કે ઈન્દ્રિયો, મન, બુધ્ધિ વધારે શાંત થતાં જાય તેથી શકિતનો વપરાશ ઘટી જાય છે. માટે કુંભકનો ગાળો એટલે કે અપાન લય પામ્યો અને પ્રાણ હજુ ઊઠયો નથી તે બે વચ્ચેનો સમયગાળો વધી જાય છે. તે વચ્ચેના કુંભકના સ્થાનમાં ચેતન હોય છે. જેમાં અપાન મારફતે ચેતન આવે છે. અને હજુ પ્રાણ શકિતમાં રૂપાંતર થયું નથી તે વચ્ચેના ગાળામાં ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાનું.

એટલે કે ધ્યાનનું કેન્દ્ર આંતરીક કુંભક સ્થાને બનાવવાનું અને આપણી આંતર દષ્ટિને ત્યાં ઠેરાવીને સ્થિર કરવાની. અને આપણી સાંભળવાની આંતરિક વૃત્તિને પણ સ્થિર કરવાની. આ રીતે ત્રિવિધ જાપ કરવો. એટલે કે મનથી ક

શબ્દોનું શ્વાસની રીધમ સાથે રટણ કરવું(સમરણ)અને આંતર દૃષ્ટિથી ધ્યાન કરવું અને આંતર શ્રવણશકિતને ત્યાં ઠેરવવી.

આમ અભ્યાસ કરવાથી ધીમે ધીમે તે કુંભક સ્થાને ચેતનનો જથ્થો વધતો જશે અને એક સમય એવો આવશે કે તે ચેતનના સ્પંદનો આંતરિક શ્રવણશકિત (આંતરિક મન)વડે સંભળાવા લાગશે. તેને મંત્ર અથવા નામ જાગૃત્ત થયું કહેવાય. તેને અનાહતનાદ કહેવાય છે એટલા માટે તે કેન્દ્રને અનાહત કેન્દ્ર કહે છે.

આમ જયારે ધ્યાનનું કેન્દ્ર આંતરીક કુંભક સ્થાને(નાભિ કેન્દ્ર)હોય છે ત્યારે કુંભકના સ્થાને મનની ચેતના, દૃષ્ટિની ચેતના તથા શ્રવકની ચેતના એટલે કે બહાર જતી બધી શકિત એક જ ધ્યાનના સ્થાને ભેગી મળી જશે. તેને મનની આંતરશકિત પણ કહેવાય. તે બધી શકિતઓ મનમાંથી નિકળી ને ઈન્દ્રિયો મારફતે જે બહાર જતી હતી તે પાછી વળીને એક જ કેન્દ્ર સ્થાને મળે તેને સૂરતા કહેવાય. (આત્મવૃત્તિ પણ કહેવાય)

ચોથી ઉચ્ચ કક્ષાની વાણી કે જેનું નાભિ પ્રદેશમાં સ્થાન છે તેને પરાવાણી કહે છે. આ પરાવાણી કક્ષામાં જે નાદનું સ્વરૂપ હોય છે તેને શુધ્ધ અપ્રગટ ચૈતન્ય અથવા આત્માની કક્ષામાં મૂકી શકાય.(જેમ ગોળનો ગાંગડો કે સાકરનો ટૂકડો એ મીઠાશનું અપ્રગટ રૂપ છે કારણ કે તેમાં મીઠાશ સીવાય બીજું કંઈ નથી. પણ મીઠાશ દેખાતી નથી અનુભવી શકાય છે. તેવી જ રીતે પરાવાણી કક્ષામાં જે નાદ છે તે આત્માનું અપ્રગટ રૂપ જ છે તે આત્મા નાદરૂપે અનુભવી શકાય છે પણ દેખાતો નથી.)

હવે આ રીતે ધ્યાન, સમરણ કરતાં કરતાં જયારે બધી શકિતઓ ભેગી મળીને એક જ સ્થાને કે જે સ્થાને પરાવાણી વિદ્યમાન છે ત્યાં સ્થિર થશે ત્યારે તેને અંતરનાદ(અનાહતનાદ)સંભળાવા લાગશે.

જેને એમ કહેવાય છે કે ભકિત કરી પાતાળ અને પ્રગટ હુઆ આકાશ. એટલે કે નીચે નાભિ પ્રદેશના કેન્દ્રમાં બધી શકિત ભેગી થઈ(ભકિત એટલે ભેગુ થવું - વિભકિત એટલે જુદું થવું)ત્યારે તે અનુભૂતિની પ્રતીતિ આકાશ એટલે શિરાકાશ (મસ્તકની અંદર રહેલ અવકાશ)માં અનાહતનાદ સંભળાવા લાગ્યો. આ બધી શકિતઓ જયારે ભેગી થઈને એક દોર બને છે અને અંતરનાદ કે અનાહતનાદને સાંભળવા લાગે છે.

ત્યારે તેને અજાગૃત્ત મન જાગૃત્ત થયું કહેવાય. તેને સૂરતા પણ કહેવાય. તેને આત્માનું મન પણ કહેવાય. આપણા આ શરીર સ્થૂળ, સુક્ષ્મકારણ અને મહાકારણ તો તે આપણાં ચોથા શરીરનું મન કે જે અજાગૃત હતું તે જાગૃત્ત થયું કહેવાય. તેને નામની જાગૃત્તિ થઈ તેમ પણ કહેવાય. આ રીતે છ શબ્દોનું પ્રાણ સાથે જોડાણ કરીને મન વડે સ્મરણ, ધ્યાન કરતાં કરતાં જ્યારે અનાહતનાદ પણ સંભળાવા લાગે ત્યારે આપણી સૂરતા સધાઈ ગઈ કહેવાય. (અંતરમન જાગી ગયું)

હવે મૂળ શબ્દને જાગૃત્ત કરવા માટે છ શબ્દોની જરૂરત નથી. છ શબ્દોની મદદથી આપણે સૂરતાને સાધી લીધેલ છે. તો હવે સૂરતાથી ધ્યાન-ભજન કરતાં કરતાં શબ્દને જાગૃત્ત કરીને સૂરતા શબ્દનો યોગ સાધી લેવાનો છે. તે સાધના કેવી રીતે કરવી તે સમજીએ. તે સાધનાની બીજી ભૂમિકા છે.

:::::-:::::

૧૭. સૂરતા શબ્દનો યોગ
(સહજ ધ્યાન)

હવે સાધનામાં આગળ વધવા માટે હંમેશની જેમ શાંતિથી નિયત કરેલ આસન પર બેસી, શુભ માહોલ(અંતરઘટમાં)બનાવી, ગણપતિની તથા હનુમાનજીની માત્રાઓ લઈને પાંચ થી દશ મિનિટ પ્રાણ (શ્વાસ-ઉચ્છવાસ) સાથે મનને પરોવીને છ શબ્દોનો મંત્ર જાપ કરીને મસ્તકમાં જયાં અંતરનાદ, અનાહત નાદ ગાજી વાજી રહયો હોય તે સાથે સૂરતાને લગાવીને સૂરતા વડે તે નાદને સાંભળવો. અને ધ્યાનનું કેન્દ્ર કપાળના મધ્યભાગમાં ભ્રકુટીના સ્થાને સૂરતાને ઠેરાવીને તે સ્થાને નાદ સાંભળવાનો પ્રયાસ કરવો.

ધીમે ધીમે અભ્યાસ કરતાં કરતાં સૂરતા ભ્રકુટીએ સ્થિર થઈને સહજતાથી અનાહતનાદને સાંભળવા લાગશે. આ જાપને અજપાજાપ પણ કહેવાય છે. જે અંતર નાદ(સ્પંદન)થઈ રહ્યો છે તે ઈશ્વર (ચેતન) નો છે. અને સૂરતા તેને સાંભળે છે. તેને ભજન પણ કહેવાય. એ નાદ કોઈ વસ્તુ કે ઈન્દ્રિયોમાંથી નથી નીકળતો પણ તે ઈન્દ્રિયાતિત આસમાની નાદ છે.

તેને નાદબ્રહ્મ પણ કહેવાય છે. તે સાંભળવા માટે કાનની જરૂર રહેતી નથી. તે સૂરતા વડે સંભળાય છે. જયારે સૂરતા માત્ર નાદ સાંભળવામાં જ તલ્લીન હોય ત્યારે તે અવસ્થાને તુરિયાવસ્થા કે ચોથી અવસ્થા કહેવાય.

જાગૃત, સ્વપ્ન, સુશુપ્તિ, તુરિયા આમ ચાર અવસ્થામાં આપણું મન ફરતું હોય છે. ચોથી અવસ્થામાં મન જયારે હોય છે ત્યારે તેને સૂરતા પણ કહે છે. જે અનાહતનાદ ગાજી વાજી રહયો છે તેને નાદબ્રહ્મ કે શબ્દબ્રહ્મ કે સોહંગ શબ્દ કે નામ પણ કહેવાય છે. અનાહતનાદ સંભળાવા લાગે તેને નામ જાગૃત્ત થયું પણ કહેવાય.

હવે જેમ જેમ અભ્યાસ કરતાં આપણી સૂરતા કોઈપણ જાતનાં વિક્ષેપ વગર એકધારી નાદ સાંભળવામાં તલ્લીન રહેશે. તેમ તેમ અનેક પ્રકારના નાદો જેમકે ઝાંઝરી, ઝાલરી, ઘંટડી, ઘંટનાદ, શંખનાદ, તૂરાં, તમરાં વગેરે અનેક પ્રકારનાં સંભળાશે. આમ સૂરતા શબ્દનો અજપા જાપ ચાલતો રહેશે. તો તેનાથી મનની શુધ્ધતા, સ્થિરતા અને એકાગ્રતા થતી જશે અને આખરે મન શાંત થઈને ધીમે ધીમે પોતાના મૂળ સ્વરૂપ એવા બ્રહમમાં રૂપાંતર થવા માંડશે.

આ સૂરતા શબ્દનાં ધ્યાન ભજનમાં ખાસ અગત્યની એ વાતનું ધ્યાન રાખવાનું કે છે કે માત્ર સાંભળતા રહેવું એટલું જ બસ નથી. પરંતુ વિશેષ લાભ લેવા માટે ત્રિવિધ રીતે ધ્યાન કરવું ખૂબ જ જરૂરી છે. ત્રિવિધ ધ્યાન કેમ કરવું તે હવે સમજી લઈએ.

આપણાં અંતઃકરણમાં ચિત્ત હોય છે અને ચિત્ત અહંકાર બુદ્દિધ તથા મન રૂપે કાર્ય કરતું હોય છે.

આ ત્રિવિધ ધ્યાનમાં....

૧. મન સૂરતા રૂપે થઈને નાદ સાંભળતુ સાંભળતુ બ્રહ્મરૂપે ધીમે ધીમે થતું જશે. અને આખરે નાદમાં સમાયને બ્રહ્મનું રૂપ ધારણ કરી લેશે. એટલે કે મન બ્રહ્મ રૂપે થશે.

૨. બુદ્દિધથી એવો નિશ્ચય કરવાનો છે કે જે નાદ સંભળાય રહ્યો છે. તે બ્રહ્મ જ છે. એ સિવાય બીજો કોઈ બ્રહ્મ નથી. જે નાદ છે તે બ્રહ્મનું શબ્દ સ્વરૂપ છે. એવો પાકો નિશ્ચય બુદ્દિધએ કરવાનો કે જેથી બુદ્દિધ પ્રજ્ઞાવાન થશે. વેદનું મહાવાકય છે કે **“પ્રજ્ઞાનમ બ્રહ્મ”** એટલે કે પ્રજ્ઞા બુદ્દિધ પણ બ્રહ્મનું સ્વરૂપ જ છે. આમ ધીમે ધીમે બુદ્દિધ પણ બ્રહ્મનું રૂપ ધારણ કરી લેશે અને પ્રજ્ઞાવાન બનશે.

૩. ચિત્તમાં જુદાં જુદાં રૂપ ધારણ કરી બેઠેલા અહંકારે એવો ભાવ કેળવવાનો છે કે જે નાદ સંભળાય રહ્યો છે તે જ હું - તે જ હું - તે જ હું જે શબ્દ બોલે. એટલે કે જે નાદ સંભળાય રહ્યો છે તે જ મારું સાચું સ્વરૂપ છે. પણ નાદબ્રહ્મ છે. માટે હું બ્રહ્મ છું એમ પોતાના વિશેનો સાચો ખ્યાલ અનુભવથી નકકી કરવાનો છે. વેદનું પણ મહાવાકય છે કે **“અહમ બ્રહ્માસ્મિ”**. હું બ્રહ્મ છું એમ સાબિત થાય છે. આમ અભ્યાસ કરતાં કરતાં અહંકાર પણ બ્રહ્મ હોવાપણાનો ભાવ કેળવતા કેળવતા આખરે બ્રહ્મરૂપે થઈ જશે.

આમ ત્રિવિધ અજપા જાપ કરવાથી જયારે સૂરતા શબ્દમાં સમાય જાય એટલે કે બ્રહ્મરૂપે થઈ જાય, બુદ્દિધ પ્રજ્ઞાવાન થઈ જાય અને અહંકાર પોતે પણ બ્રહ્મનો ખ્યાલ કરીને પોતાના સાચા સ્વરૂપ એવા બ્રહ્મરૂપે સ્થિત

થાય ત્યારે ચિત્તમાં બ્રહ્મ સિવાય બીજી કોઈ વૃત્તિ નહી રહેવાથી તેથી ચિત્તમાં રહેલ જીવાત્મા એ બ્રહ્માત્મા બને છે એટલે કે આત્મા બ્રહ્મરૂપે બને છે ત્યારે તેને પુરુષ પણ કહેવાય.

એક અનુભવી સંતનું કહેવું છે કે....

સૂરતા જગાડે નામને અને નામ જગાડે પ્રેમને,
પ્રેમ જગાડે પુરુષને અને પુરુષ જગાડે બ્રહ્મને.

બ્રહ્મરૂપે થઈને પરાત્પર બ્રહ્મમાં જવાય. એટલે કે વ્યષ્ઠિ કુટસ્થ બ્રહ્મરૂપે બનીને સમષ્ટિ બ્રહ્મના મૂળ કેન્દ્રમાં કે જેની સતા શકિતથી બ્રહ્માંડ ચાલી રહ્યું છે.ત્યાં પહોંચીને કેવલ પદમાં કે નિર્વાણ ગતિને પામીને જેમ તેજમાં તેજ ભળી જાય તેમ અખિલ અસ્તિત્વ કે જે પરિબ્રહ્મ પરમાત્મા કહેવાય. તેની સાથે એકરૂપ થઈ જાય છે.

આમ અજપા જાપ કરતાં કરતાં ચિત્તવૃત્તિ જયારે બ્રહ્માકાર થાય છે ત્યારે નામ સિદ્ધ થયું કહેવાય. એ જ આપણું સાચું નામ છે. હંસો એ નામ અને નામી (આત્મા-ઈશ્વર)બંને એક જ છે. એટલે એને આત્માનું નામ કે આત્માનું સ્વરૂપ પણ કહેવાય. આપણાં શરીરની અંદર જયાં સુધી હંસો શ્વાસ-ઉચ્છવાસ રૂપે(અપાન-પ્રાણ)ચાલે છે ત્યાં સુધી આપણે જીવતા, ચેતનવંતા કહેવાય છીએ. તેમાં જે શ્વાસમાં હં રૂપે રહેલ છે તેને શિવ કહેવાય સો રૂપે રહેલ છે તેને શકિત કહેવાય.

આમ આપણી અંદર શિવ-શકિતનો ખેલ સતત ચાલી રહયો છે. જયારે એ ખેલ બંધ થાય ત્યારે પ્રાણ પંખેરૂ ઊડી ગયું એમ કહેવાય. અથવા હંસલો હાલ્યો ગયો એમ કહેવામાં આવે છે. અથવા તો નામ નિકળી ગયું કે ચેતનનો પ્રવાહ આવતો બંધ થયો એટલે શરીર કામ કરતું બંધ થઈ ગયું તેને દેહની મૃત્યુની સ્થિતી કહેવાય. આપણું શરીર ચેતનની સતા-શકિત વડે જ કામ કરે છે.

જેમ ઈલેકટ્રિકના બધાં યંત્રો ઈલેકટ્રિકના પાવર વડે ચાલે છે તેમ આપણું શરીર પણ ચેતનના પાવર(સતા-શકિત)વડે ચાલે છે. આમ વિશ્વમાં બધે જયાં જયાં ચેતન પ્રગટ થઈને પ્રાણરૂપે ચાલી રહયું છે તે શિવ-શકિતના નૃત્ય સિવાય બીજું કંઈ નથી. માટે પ્રાણ રૂપે તે સર્વમાં સરખો જ છે.(જેમ દરેક યંત્રમાં વીજળી સરખી જ હોય છે.)

હવે આપણે પાછા મૂળ વાત પર આવીએ. આમ ભજન કરતાં કરતાં જયારે આપણી ચિત્તવૃત્તિ બ્રહ્માકાર થાય છે ત્યારે સૂરતા પોતે પોતાની મેળે એકધારી,

સતત, અખંડરૂપે બ્રહ્માકાર સ્થિતિને પામે છે ત્યારે તેને નામ સિધ્ધ થયું કહેવાય. તે સ્થિતિએ આપણને હૃદયમાં ખૂબ જ આનંદ અનુભવાય છે. કોઈપણ હાલતમાં આપણાં આનંદમાં ઓટ આવતી નથી. માયાના બધાં આવરણો જેવા કે મનનાં મળ, બુધ્ધિનાં વિક્ષેપ તથા ચિત્તમાં રહેલ અહંકારનું આવરણ વગેરે ટળી(મટી)જાય છે. અને હૃદયમાં ખૂબ શાંતિ તથા આનંદની અનુભૂતિ સતત જળવાય રહે છે.

આ દશાને બ્રહ્મદશા કહેવાય છે. ત્યારે હું-મારું વગેરે વગેરે મટી ગયું હોય છે. તથા નિઃસ્પૃહી થઈને જીવન મુકત બનીને રહે છે.(આ અવસ્થાને તુરિયા અવસ્થા પણ કહે છે.)આમ, નામનો મહિમા ખૂબ જ મોટો છે. બધાં સંતો-શાસ્ત્રો-વેદો-ઉપનિષદો વગેરે વગેરેએ નામનો મહિમા ખૂબ જ વખાણ્યો છે, લખ્યો છે અને ગાયો પણ છે. કારણ કે સાચું નામ આપણને આ સંસારના દુઃખકારક બંધનમાંથી છોડાવીને કાયમના એવા શાશ્વત સુખમાં લઈ જઈને જન્મ-મરણનાં બંધનમાંથી મુકત કરે છે.

આપણે સાધનાની શરૂઆત કરી ત્યારે પ્રથમ ભૂમિકાએ આપણે સદ્ગુરુએ આપેલ ગુરુમંત્ર અને તેના જ્ઞાન-વિજ્ઞાન વડે સાધના કરતાં કરતાં આપણી સૂરતાને સાધી અને આપણે અનાહતનાદ, સૂરતા વડે સાંભળવા લાગ્યા. ત્યારબાદ બીજી ભૂમિકામાં આપણે ધ્યાનનું કેન્દ્ર કે જે કુંભકના સ્થાને (અનાહત કેન્દ્ર) હતું ત્યાંથી બદલીને ભ્રકુટીમાં (કપાળની મધ્યમાં) કે જયાં નાદ ગાજી વાજી રહયો છે. ત્યાં સૂરતાથી સાંભળવામાં ધ્યાન રાખીને આપણી સૂરતા બ્રહ્માકાર બનાવી. એટલે કે સૂરતા શબ્દમાં સમાણી અને બ્રહ્મરૂપે થઈ. એટલે નામ સિધ્ધ થયું કહેવાય.

હવે આપણે સાધનાની ત્રીજી ભૂમિકાએ અજપા જાપ કરવાના છે. તે કેમ થાય તે સમજી લઈએ. આપણી સૂરતામાં આત્માની બધી શકિતઓ રહેલી છે. તે ઈન્દ્રિયો વગર પોતપોતાનું કાર્ય કરે છે. જેમ કે નાદ સાંભળવાનું કે પ્રકાશ જોવાનું, સુગંધ લેવાનું વગેરે. હવે ધ્યાનના કેન્દ્ર ભ્રકુટીએ કે જયાં નાદ સંભળાઈ રહયો છે ત્યાં આંતર દ્દષ્ટિથી ધ્યાનને કેન્દ્રિત કરવાનુ એટલે કે તે જ કેન્દ્રમાં આંતર દ્દષ્ટિને લગાડીને નિરિક્ષણ કરવાનું છે કે જે નાદ સંભળાય રહયો છે તે શબ્દનું સ્વરૂપ કેવું છે.(આત્માની જે વૃત્તિ સાંભળે છે તેને સૂરતા કહેવાય અને જે વૃત્તિથી જોવાય (નિરિક્ષણ) છે તેને નૂરતા કહેવાય).

આમ સૂરતાથી શ્રવણ થાય અને નૂરતાથી નિરિક્ષણ થાય. ભ્રકુટીના કેન્દ્રમાં

સૂરતા સાંભળે છે. ત્યાં જ આંતર દ્રષ્ટિ નૂરતા નિરિક્ષણ કરવાં લાગે ત્યારે નૂરતા-સૂરતાથી અજપા જાપ શરૂ થયો કહેવાય. તેને જ સાધનાની ત્રીજી ભૂમિકા તરફ આગળ વધવા માટે નૂરતાનો રોડ બનાવીને તે રોડ પર સૂરતા-શબ્દને ચડાવવાના છે.

આત્માની સાંભળવાની વૃત્તિ સૂરતા છે. આંધળી તે સાંભળી શકે પણ જોઈ ન શકે અને જે જોવાની વૃત્તિ નૂરતા છે તે જોઈ શકે પણ સાંભળી ન શકે. માટે બંને શકિતને એકસાથે કામે લગાડવાની છે. કે જેથી ત્રીજી ભૂમિકાએ પહોંચી શકાય.(જેમ આપણે રાત્રીના અંધકારમાં હાથમાં ટોર્ચલાઈટ રાખીને આગળ અજવાળું કરતા જાય અને પગ આપણાં શરીરને લઈને રોડ પર ચાલતાં રહે. તેવી જ રીતે નૂરતાથી પ્રકાશનો માર્ગ થતો જાય અને સૂરતા શબ્દને લઈને આગળ વધતી જશે.)

આમ અભ્યાસ કરતાં કરતાં જેમ જેમ સૂરતા નાદ સાંભળતા સાંભળતા વધુ ઊંડાણમાં ઉતરતી જશે અને નૂરતા પણ સાથે હશે તો સૌ પ્રથમ તારામંડળનો આછો પ્રકાશ ત્યારબાદ ચંદ્રમંડળ કે થોડો વધુ ઊજળો પ્રકાશ અને ત્યારબાદ વધુ આગળ વધતાં(ઊંડાણમાં ઉર્ધ્વગામી)સૂર્ય મંડળનો પ્રકાશ(એટલે કે સૂર્ય નહિં પણ તેનુ અજવાળું હોય તેવેા સફેદ પ્રકાશ અનુભવમાં આવશે.)વગેરેની પ્રતીતિ જુદાં જુદાં નાદ સાંભળતા સાંભળતા થશે. આમ સૂરતા શબ્દ સાથે નૂરતાના માર્ગે ઉર્ધ્વગામી થઈને આજ્ઞા કેન્દ્રના સ્થાનમાં દાખલ થશે કે જયાં ગુરુનું જયોતિ સ્વરૂપ છે.

ત્યાં જયોતિ સ્વરૂપના દર્શન થશે. અને પોતે ધન્યતા અનુભવશે. (એટલે કે કાર્ય સંતોષપૂર્વક પાર પાડયાનો આનંદ) કારણ કે ત્યાં પહોંચતા દશમો દ્વાર બ્રહ્મ રંધ્ર કે દિવ્ય દ્રષ્ટિ કે ત્રીજું નેત્ર ખુલી જાય ત્યારે તે રંધ્રમાંથી સહસ્ત્ર દળ માં પ્રકાશ સ્વરૂપે રહેલ પરમાત્માના દર્શન થાય છે. આમ જયારે નૂરતા-સૂરતાના યોગથી અજપા જાપ કરતાં કરતાં આગળ વધીને આજ્ઞાચક્ર કે જયાં ગુરુનું જયોતિ સ્વરૂપ છે ત્યાં ગુરુના શરણમાં સમાય જાય છે.

એટલે કે સાધક પોતે પોતાના આત્મ સ્વરૂપને પામે છે. ત્યારે આપણો આત્મા જ આપણો ગુરુ બને છે. આજ્ઞાચક્ર એટલે જ્ઞાનનું કેન્દ્ર એટલે જયાંથી જ્ઞાન નિકળી રહયું છે તેને બુદ્ધિનું કેન્દ્ર પણ કહેવાય. આપણું આ કેન્દ્ર જાગૃત્ત થતાં આપણી બુદ્ધિમાં આત્મપ્રકાશ થવાથી તે પ્રજ્ઞાવાન બનશે તે **"પ્રજ્ઞાનમ બ્રહ્મ"** તેથી આપણો આત્મા અને નાદબ્રહ્મ બંને એકરૂપ થાય ત્યારે આત્મા એ જ બ્રહ્મ છે.

આમ જયારે આપણે પહેલી, બીજી અને ત્રીજી ભૂમિકાઓ એક પછી એક સર કરતા જતા હોઈએ ત્યારે આપણાં શ્વાસો-ઉચ્છવાસની ગતિમાં સહજતાથી ફેરફાર થતાં રહે છે. જેમ જેમ આપણી સૂરતા શબ્દ સાથે ઊંડાણમાં ઉતરતી જાય તેમ તેમ આપણાં અપાન અને પ્રાણ(એટલે કે શ્વાસ પ્રશ્વાસ)બંને સમાન રૂપે (લંબાઈમાં સરખા)થઈને ચાલવા માંડે. બંનેનો સમય પણ સરખો થઈ જાય છે. (એટલે કે જેટલો સમય શ્વાસ લેતા થાય તેટલો જ સમય શ્વાસ બહાર કાઢતા થાય)

ધીમે ધીમે ઈન્દ્રિયોની અને મનની બહારની બધી પ્રવૃત્તિઓ બંધ પડશે ત્યારે પ્રાણ શકિત એકદમ સમતોલ અને સ્થિર થશે. ત્યારે એકદમ ટૂંકા કે જેને આપણે કહીએ તો માત્ર બે આંગળીની જ ગતિ કરતાં હોય છે. જેમ ઘરમાં આવેલું લાઈટનું મીટર બધી લાઈટો, પંખા કે ટેલિવિઝન વગેરેનો બધો લોડ સ્વીચ બંધ કરીને કાપી નાખીએ ત્યારે આપણું મીટર એકદમ ધીમું કે જાણે ચાલતું ન હોય તેમ થઈ જાય છે.

કારણ કે ઊર્જાનો વપરાશ બંધ થયો તેમ આપણાં પ્રાણની શકિત મન અને ઈન્દ્રિયો પાછળ વપરાતી બંધ થાય છે ત્યારે પ્રાણ એકદમ ટૂંકા થઈ જાય છે. ત્યારે પ્રાણ સમતોલ થાય છે. ત્યારે બંને કુંભકના સ્થાનો મધ્યમાં ભેગા થઈ જાય છે. જયારે પ્રાણની આ સ્થિતી આવે છે ત્યારે પ્રાણ અને અપાન ભેગા મળીને એક જ રોડ પર ચાલવા માંડે છે. સામાન્ય રીતે પ્રાણ જમણી નાડી (ઈંગળા) કે ડાબી નાડી (પીંગળા) મારફતે ચાલતા હોય છે. પરંતુ જયારે પ્રાણ સ્થિર થાય છે ત્યારે સહજ રીતે કુંભક થઈને સૂખમણા નાડીમાં પ્રવેશ કરે છે.

અને તે મધ્યનાડીમાં આમ સૂખમણા નાડીમાં પ્રાણ ચાલતા હોય ત્યારે તે પ્રાણની ઠોકર લાગતી રહેવાથી કુંડલીની શકિત અનાયાસે જાગી જશે. અને પ્રાણ રૂપે બનીને સૂખમણા નાડીમાં ઊર્ધ્વગામી થઈને સૂરતા શબ્દની સાથે મળીને એક રૂપ થાય છે.(આ પ્રક્રિયા સહજ રીતે થાય છે)આમ ત્રીજી ભૂમિકાએ પહોંચતા ત્યાં...

સૂરતા કહેતા નિજ મન - **વિષ્ણુ.**
શબ્દ કહેતા નાદબ્રહ્મ - **બ્રહ્મા.**
પ્રાણ કહેતા ગતિશકિત - **મહેશ.**

આમ મન, પવન, બ્રહ્મ જયારે એક સ્થાને (આજ્ઞાચક્રમાં) મળે છે ત્યારે ચેતનની છૂટી પડી ગયેલી શકિતઓ મળે છે ત્યારે તેના આખા સ્વરૂપ (મૂળ સ્વરૂપ) નું જ્ઞાન થશે. એટલે કે પોતાના મૂળસ્વરૂપ આત્માની પ્રતીતિ થશે. આમ પોતાના મૂળ સ્વરૂપ એવા આત્માનું ભાન થતાં પોતાના આત્મ સ્વરૂપમાં સ્થિત થઈ જશે. આ ત્રીજી ભૂમિકાની સ્થિતિમાં રહેવાથી ખોટો પકડાયેલો અહંકાર છુટી જશે. પોતે શુધ્ધ, બુધ્ધ અને મુકત આનંદ સ્વરૂપ છે એવી સતત પ્રતીતિ થતી રહેશે. અને જીવન મુકત દશામાં પોતાનું શેષ જીવન વિતાવશે. પ્રજ્ઞામાં સ્થિત થઈને રહેશે. ત્યારે ગીતામાં જે સ્થિતપ્રજ્ઞના જે લક્ષણો કહેવામાં આવ્યા છે તે બધાં લક્ષણો જેમ કે દુઃખ પડે તો ઉદ્વેગ ન થાય, જગતના સુખો મેળવવાની ઝંખના મટી જાય.

રાગ, ભય, ક્રોધ મટી જાય. ઈન્દ્રિયો પોતપોતાના વિષયોમાંથી ઉપરામ થઈને આત્માને વાસ્તે જ કાર્ય કરવા લાગે. વગેરે વગેરે રીતે મન પોતાની બધી ઈચ્છાઓ છોડીને અને ઈન્દ્રિયો પોતપોતાના વિષયો છોડીને આત્મામાં જ સંતોષપૂર્વક રહે છે. અને બ્રહ્માનંદ મેળવીને બ્રહ્મદશામાં રહે છે, તેને જીવનમુકત દશા કહેવાય કે જે હું-મારું-આસકિત છોડીને માયાથી અસંગ તથા નિઃસ્પૃહ રહીને ચિત્તમાં કાયમ માટે શાંતિ, સંતોષ અને આનંદમાં રહેતાં હોય છે.

આપણે અગાઉ જોઈ ગયાં છીએ કે ચેતનમાંથી ત્રણ શકિતઓ સૌ પ્રથમ ઉત્પન્ન થઈ છે.

સર્જન શકિત	**પાલન શકિત**	**ગતિ શકિત(કુંડલીની શકિત)**
નાદરૂપે	જ્ઞાનરૂપે	પ્રાણરૂપે-પવન-કુંડલીની શકિત
બ્રહમા	વિષ્ણુ	શિવ-મહેશ
અક્ષર-શબ્દો-વાકયો	જ્ઞાન-પ્રકાશ-તેજ	સંતત
બનીને અનેક રચના	બુધ્ધિ	પરિવર્તન કે રૂપાંતર કર્યા કરે
થાય માટે		શકિતઓ મારફતે
રજોગુણ	સત્વગુણ	તમોગુણ

આ ત્રિગુણી શકિત જયારે પાછી એક સ્થાને ભેગી થાય ત્યારે આપણું મૂળ સ્વરૂપ એવા ચેતન, આત્માને આપણે પામ્યા કહેવાય. એમ વિખરાઈ ગયેલી શકિતને પાછી ભેગી કરીને એકરૂપ કરવાની આ સાધનાની ત્રીજી ભૂમિકા છે. આમ ત્રીજી ભૂમિકા દરમ્યાન નૂરતા-સૂરતાના અજપા જાપનો અભ્યાસ ચાલતો હોય

ત્યારે પ્રાણોની ગતિમાં સહજતાથી ફેરફાર થઈને સમાન બનીને સરખાં સમયાંતરે ચાલવા લાગે છે ત્યારે સહજતાથી અનાયાસે કુંડલીની શકિત જાગે છે. (તે પ્રક્રિયાને વચનની જાગૃત્તિ થઈ એમ પણ કહેવાય) તે કુંડલીની શકિત (વચન), વાયુરૂપે થઈને પ્રાણનો આધાર લઈને આપણાં શરીરમાં જયાં જયાં પ્રાણ પહોંચે ત્યાં ત્યાં બધે તે શકિતનો પ્રવાહ પહોંચીને તેનું કાર્ય કરે છે. અને કુંડલીની શકિત પ્રાણનો આધાર લઈને સુખમણા નાડી મારફતે આજ્ઞાચક્રમાં પહોંચે છે. કે જયાં ત્રણે શકિતઓ ભેગી થાય છે. તે શકિતઓ

૧. મન (સૂરતા)

૨. પવન (કુંડલીની શકિત)

૩. બ્રહ્મ (અનાહતનાદ) થી ઓળખાય છે.

આમ જયારે કુંડલીની શકિતનું જાગરણ થઈ જાય ત્યાર બાદ આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે આગળ વધવાના આપણાં પ્રયાસો પૂરા થાય છે. અને ઈશ્વર (વચન, ગુરુ, કુંડલીની શકિત) ની પ્રેરણાનુસાર વિકાસ થતો રહે છે. ત્યાર પછીની ભૂમિકાઓમાંથી આપણે જેમ જેમ પસાર થતાં જઈશું તેમ તેમ તેના અનુભવો થતાં રહેશે.

અને આખરે તે શકિત આપણાં મૂળ સ્વરૂપ આત્માને પરમાત્મા તરફ આગળ વધારતા અંતે આત્માનું પરમાત્મા સાથે મિલન કરાવીને એકરૂપ કરે છે. જેમ સૂર્યનું એક કિરણ પાછું સૂર્યમાં સમાય જાય તેમ વ્યષ્ટિરૂપ આત્મા સમષ્ટિરૂપ પરમાત્મા સાથે એકરૂપ થઈ જાય છે.

આમ આપણી સાધનાની ત્રણ ભૂમિકાઓ

ભૂમિકા	**ધ્યાનનું કેન્દ્ર**	**જાપની રીત**	**મનની પ્રગતિ**
૧.	કુંભક સ્થાન નાભિ પાસે	મન-પવનથી છ શબ્દોની માળા	સુરતા સધાણી નામની જાગૃત્તિ
૨.	ભ્રકુટી-સ્થાન કપાળનું મધ્ય	સુરતા શબ્દથી અજપા જાપ	મન (અંતઃકરણ) બ્રહ્મરૂપે થયું નામસિદ્ધ થયું
૩.	અંદરના ભાગે આજ્ઞા ચક્રના સ્થાને	નૂરતા-સૂરતાના વિજ્ઞાનથી અજપા જાપ	મન-બ્રહ્મનું પ્રાણ (કુંડલીની સાથે મિલન) વચનની જાગૃત્તિ, જયોતિ દર્શન

હવે ચોથી ભૂમિકા પહોંચવા માટે આપણે કોઈપણ પ્રકારની સાધના કે તેના માટેના પ્રયાસો કરવાના નથી. પણ જેમ આપણે ચાલીને મુસાફરી કરતા હોય ત્યારે આગળ વધવા માટે પગ વડે પ્રયાસ કરવો પડે છે પણ કોઈપણ વાહનમાં બેસી જઈને મુસાફરી કરીએ તો કોઈપણ જાતના પ્રયાસ વગર મુસાફરી કરી શકીએ છીએ. તેમ ચોથી ભૂમિકામાં આગળ વધવા માટે પોતાના મૂળ સ્વરૂપ એવા બ્રહ્મમાં રૂપાંતર પામેલું મન, જાગૃત્ત થયેલ કુંડલીની શકિત કે જેને વચન પણ કહેવામાં આવે છે

તેની સાથે સૂરતાના તારનો છેડો જોડી દેવામાં આવે તો કુંડલીની શકિત પોતાના મેળે જ વિકાસ પામતી સૂખમણાની નાડી મારફતે આગળ વધતા બંકનાળ ના રસ્તે દાખલ થઈને ઊદર્વગમન કરે છે. અને ત્રિકુટીના સ્થાનમાં દાખલ થાય છે. ત્યાં પણ આંતરનાદ જેવા કે ઘંટનાદ, શંખનાદ, મેઘ ગર્જના વગેરે વગેરે સતત અનુભવાય છે. આમ ત્રીજી ભૂમિકાએ મન બ્રહ્મ સાથે મળીને બ્રહ્મરૂપે થયેલ છે તે બ્રહ્મને સબળ બ્રહ્મ કહેવામાં આવે છે. કારણ કે હજુ તેમાં માયાની છાયા એટલે કે સુક્ષ્મ કર્મો બીજરૂપે સંચિત થયેલા છે. તે સુક્ષ્મ બીજોનો નાશ બ્રહ્મઅગ્નિથી થાય છે. એટલે કે ત્રિકુટીના સ્થાને પોતાની મેળાએ કોઈપણ જાતના પ્રયાસ વગર એકધારો સતત નાદ ચાલી રહયો છે. ત્યાં બ્રહ્માકારવૃતિ (સૂરતા) તેની સાથે જોડાઈ જવાથી સુક્ષ્મ બીજોનો પણ નાશ થાય છે. તે સબળ બ્રહ્મમાંથી કુટસ્થ બ્રહ્મ (માયા રહિત) બને છે. તે ત્રિકુટીના સ્થાનને માન સરોવર પણ કહેવાય છે.

આ કુંડલીની શકિતની મદદથી ત્રિકુટિમાં (માન સરોવરમાં) સફર કરીને પૂર્ણરૂપે પવિત્ર થઈને કુટસ્થ બ્રહ્મ(શુદ્ધાત્મા)માન સરોવરમાંથી બહાર નીકળીને સદાશિવ જયાં બિરાજેલા છે (એટલે કે સહસ્ત્ર દળ) તે તરફ કુંડલીની શકિત પ્રયાણ કરે છે. તે શકિત સદાશિવમાંથી નિકળેલી છે તે પાછી પોતાના મૂળ સ્વામી સાથે મળી જાય છે. ત્યારે તેની સાથે જોડાયેલ કુટસ્થ બ્રહ્મ (હંસો) પણ સદાશિવના શરણે પહોંચી જાય છે. શિવના દર્શન કરીને પોતાનું કલ્યાણ કરે છે. એટલે કે પોતામાં રહેલ સુક્ષ્મ અહંકારથી પણ મુકત થઈને શુદ્ધાત્મારૂપે બની જાય છે.

આમ ચોથી ભૂમિકાનું સ્થાન ત્રિકુટી છે. કુંડલીની શકિતની મદદથી ત્યાં કોઈ પણ જાતના પ્રયાસ વગર અજપા જાપ ચાલે છે. અને સંચિત કર્મોનો નાશ થઈ જાય છે. અને પોતે શુદ્ધ કુટસ્થ બ્રહ્મરૂપે થઈ જાય છે. ત્યાંથી આગળ વધતાં પાંચમી ભૂમિકાનું સ્થળ સહસ્ત્રદળ છે જેમાં સદાશિવ બિરાજમાન છે. ત્યાં પણ

કુંડલીની શકિત લઈ જઈને સદાશિવના દર્શન કરાવે છે. તેથી તેનું કલ્યાણ થાય છે અને કાળ તથા માયાથી મુકત બને છે.

આમ પાંચમી ભૂમિકાએ જયારે સદાશિવના દર્શન(ઘેરો પ્રકાશ)થશે ત્યારે પોતાનું જીવપણું છુટી જશે. અને શિવરૂપે બનીને કાળ તથા માયામાંથી સંપૂર્ણ રીતે મુકત થઈને પોતામાં સાક્ષીપણાનો ભાવ અનુભવાશે. અને પીંડ અને બ્રહ્માંડથી પણ પર થશે એટલે કે સ્થૂળ દેહાધ્યાસ તથા બ્રહ્માકાર થયેલ સૂક્ષ્મ દેહ(અંતઃકરણ)અને સુક્ષ્માતિ સુક્ષ્મ જે બીજકને લઈને થયેલો કારણ દેહ, એમ ત્રણે દેહથી મુકિત થઈને શુદધ, બુદધ અને મુકત એવા ચૈતન્યસ્વરૂપ આત્મામાં સ્થિત થશે.

આમ મનનું રૂપાંતર ક્રમબદધ જોઈએ તો સાધનાની શરૂઆતમાં છ શબ્દોનું રટણ કરતા અંતરમુખી થયું એટલે કે સૂરતામાં રૂપાંતર થયું ત્યારે દેહાધ્યાસ છુટી ગયો. ત્યારબાદ સૂરતા વડે અનાહતનાદ કપાળની મધ્યમાં ભ્રકુટીના સ્થાને સાંભળ તા સાંભળતા સૂરતા શબ્દમાં સમાઈ અને નૂરતાના રોડ ઉપર આગળ વધતાં આજ્ઞાચક્રમાં કેન્દ્રિત થઈ ત્યારે સૂરતા પૂર્ણરૂપે બ્રહ્માકાર થઈ એટલે કે મનનું રૂપાંતર સબળ બ્રહ્મમાં થયું. ત્યાં તેનું મિલન કુંડલીની શકિત સાથે થતાં અને બંકનાળમાં થઈને આગળ વધીને ત્રિકુટીએ અભ્યાસ કરતાં કરતાં તેનું રૂપાંતર કુટસ્થ બ્રહ્મમાં થયું અને ત્યાંથી આગળ વધીને ઉદર્વગામી થતાં સહસ્ત્રદળ કે જયાં સદાશિવ બિરાજમાન છે તેના દર્શન કરીને શુદધ આત્મામાં મનનું રૂપાંતર થયું. આમ આખરમાં મન રૂપાંતર થતાં પોતાના મૂળ સ્વરૂપ એવા ચૈતન્ય આત્મામાં સ્થિત થયું આ સ્થિતિને પોતાના હોવાપણાંના બધાં સંકલ્પો છોડીને સૂરતા શૂન્યપણાને પામી તેને ઉનમુની દશા કે શૂનપણું કહેવાય.

આમ ઈંડ, પીંડ અને બ્રહ્માંડમાંથી મુકત થઈને જીવ જયારે શિવ રૂપે થયો એટલે કે માતાના ગર્ભમાં જીવ હતો ત્યારે ઈંડાકારે (જેમ ઈંડામાં રસ રૂપે પક્ષીનો જીવ હોય તેમ માતાનું ગર્ભ ઈંડાકારે હોય છે. તેમાં જીવ સૌપ્રથમ રસ રૂપે હોય છે. તેમાંથી સુક્ષ્મરૂપ અને સ્થૂળ થતાં નાના બાળકરૂપે જયારે ગર્ભમાંથી બહાર આવે છે ત્યારે ઈંડમાંથી મૂકત થયો કહેવાય. ત્યારબાદ પીંડરૂપી દેહમાંથી અભ્યાસ કરતાં જયારે દેહાધ્યાસ છૂટે છે ત્યારે પીંડમાંથી મુકત થયો કહેવાય. ત્યારબાદ સુક્ષ્મદેહ અંતઃકરણમાં જીવ અહંકારરૂપે રહેલો હોય છે ત્યારે વધુ અભ્યાસ કરતાં અહંકારમાંથી છૂટીને પ્રથમ સબળ બ્રહ્મ અને ત્યારબાદ કુટસ્થ બ્રહ્મ રૂપે થઈને

સુક્ષ્મ બીજકમાં રહેલા સંચિત કર્મોથી છુટકારો થાય છે. ત્યારે બ્રહ્માંડમાંથી મુકત થયો કહેવાય. આમ ઈંડ, પીંડ અને બ્રહ્માંડમાંથી યોગ્ય અભ્યાસ વડે જીવમાંથી શિવરૂપે થઈને પોતાનું કલ્યાણ કરે છે.

આમ જયારે પાંચમી ભૂમિકાએ પોતાના મૂળસ્વરૂપ એવા આત્મામાં જયારે સ્થિત થાય છે ત્યાં સાવ(માત્ર-તદન)શૂન્ય છે. પોતાને શૂન્યપણાનો અનુભવ થાય છે. ત્યાં કોઈ દેશ, કાળ કે વસ્તુ નથી. કોઈ ઉપર-નીચે કે આગળ-પાછળ કે કોઈ દિશાઓ(પૂર્વ, પશ્ચિમ, ઉતર, દક્ષિણ)એવું કાંઈ પણ નથી. માત્ર શૂન્યપણું જ છે. માત્ર શૂનકાર કે આસમાની મૌન વખતે પોતે પોતાને જ સાંભળે છે. પોતે શુદ્ધ કુટસ્થ બ્રહ્મરૂપે પોતાનો જ બ્રહ્મનાદ(પ્રણવનાદ)સાંભળે છે. ત્યાં પોતાના શૂન્યપણા સિવાય બીજું કંઈ નથી. ત્યાંથી છઠ્ઠી ભૂમિકાએ આગળ જવા માટે પોતા પાસે કોઈ ઉપાય નથી કે કોઈ બીજો માર્ગ નથી. ચારે બાજુ કે ઉપર નીચે બધે મહાશૂન્ય (મહાઆકાશ) ફેલાયેલું છે. આત્મા પોતે પોતાના વ્યષ્ટિ કેન્દ્રમાં(શૂન્યમાં)સ્થિત છે. ત્યાંથી છઠ્ઠી ભૂમિકા કે જેને સતલોક, સચખંડ કે સદ્ગુરુનો દેશ વગેરે શબ્દો વડે કહેવામાં આવે છે તે સમષ્ટિ બ્રહ્માંડનું કેન્દ્ર સ્થાન છે. તેને છઠ્ઠી ભૂમિકા કહેવાય છે.

છઠ્ઠી ભૂમિકાએ પહોંચવા માટે જેમ લોખંડનું મોટું ચુંબક લોખંડના નાના ચુંબકને તેના ચુંબકીયક્ષેત્રમાં જયારે નાનું ચુંબક આવે અને મોટા ચુંબકના ઉત્તરધ્રુવ સામે જયારે નાના ચુંબકનો દક્ષિણધ્રુવ આવે ત્યારે નાનું ચુંબક આપોઆપ મોટા ચુંબક તરફ ખેંચાય જાય છે. અને મોટાની સાથે નાનું જોડાઈ જાય છે. તેવી જ રીતે વ્યષ્ટિ બ્રહ્મ સમષ્ટિ બ્રહ્મના કેન્દ્રમાં ખેંચાય તેની સાથે ભળી જાય છે.

એટલે કે તે ભૂમિકાએ પહોંચી જાય છે. તે સ્થાનને અમરલોક કે સદગુરુનો દેશ કે જયાં સત્ય સિવાય બીજું કાંઈ છે જ નહીં. આમ ઈંડ, પીંડ અને બ્રહ્માંડથી પર થઈને પોતાના મૂળ અમરલોકમાં પહોંચી જાય છે. પાંચમી ભૂમિકાએથી છઠ્ઠી ભૂમિકાએ જે રીતે જવાય છે તેની સદ્ગુરુની કૃપા કે પરાત્પર બ્રહ્મ એવા પરમાત્માની કૃપામાત્રથી જ ત્યાં પહોંચાય છે. તે સદ્ગુરુ બધાં ગુરુઓના પણ સદ્ગુરુ છે તેનાં તેજથી બધાં ગુરુઓ કાર્ય કરતા હોય છે.

બધાં ગુરુઓ માત્ર નિમિત્ત હોય છે. તેને બધાને સમષ્ટિ કેન્દ્રમાંથી જ ચેતના મળતી રહેતી હોય છે. બધાં ગુરુઓનું જોડાણ સમષ્ટિ કેન્દ્ર સાથે જોડાયેલું

હોય છે. તેથી તેની સતા શકિત બધાં ગુરુઓમાં કામ કરતી હોય છે. ગુરુઓ માત્ર નિમિત્ત થઈને કાર્ય કરે છે. તેનામાં કર્તાભાવ કે કોઈપણ જાતની વૃત્તિ હોતી નથી. બધા કાર્યો સહજભાવે સરળતાથી થતાં હોય છે. તે દ્વંદ્વથી પર આનંદસ્વરૂપે, ગુણાતિત, ભાવાતિત, જ્ઞાનાતિત, એક જ સ્વરૂપે, નિત્ય ચલિતમાન થયા વગર શુદ્ધ સ્વરૂપે થઈને સદગુરૂના શરણમાં હંમેશાને માટે રહે છે. આમ દાસના પણ દાસ થઈને (એટલે કે આખા જગતની સેવા પરમાત્માની પરમ શકિત કરે છે. તેથી પરમાત્મા જગતના દાસ કહેવાય) નિમિત્ત બનીને પરમાત્માનું કાર્ય કરે છે. એટલે જે છઠ્ઠી ભૂમિકાએ પહોંચીને કાર્ય કરે છે તેને દાસાનુંદાસ કહેવાય. (પાંચમી અને છઠી ભૂમિકા વચ્ચે જે મહાકાશ આવેલું છે તેને મહાશૂન્ય કે બ્લેકહોલ કે અંધારિયો ખંડ પણ કહેવાય. તે ખંડ પસાર થયા પછી સચખંડ આવે તે જાણ માટે)

આમ અજ્ઞાન અવસ્થામાં જીવ જયારે ઈન્દ્રિયો અને અંતઃકરણ દ્વારા બહિર્મુખી રીતે વર્તે છે ત્યારે તેને મન કહેવાય છે. અને એ મન વડે જ હું - મારું પકડાય ગયેલું હોય છે. અને દુઃખી થાય છે. પરંતુ સાધના કરતાં કરતાં મન જીવમાંથી શિવ બને છે.

તા. ૧૦-૦૫-૨૦૨૧
ગોંડલ

બસ એ જ...
દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ,
જય ભગવાન.

:::::-:::::

૧૮. સાધનાની સાત ભૂમિકાઓ

સૂરતા-શબ્દનો અભ્યાસ કરતાં મન/જીવ પોતાની પ્રગતિ જે ક્રમબદ્ધ રીતે કરે છે તેનું વર્ણન સંક્ષિપ્ત રીતે નીચેના કોઠામાં કરવામાં આવેલ છે.

સાધના દરમ્યાન અનુભવાયેલ મારા અંતરઘટના સ્વ-અનુભવોનું શબ્દોમાં રૂપાંતર કરીને કોઠો તૈયાર કરેલ છે.

પહેલી ભૂમિકા : સૂરતા સાધવી

૧. **ધ્યાનનું કેન્દ્ર :** નાભિ કેન્દ્ર પાસે આંતરિક કુંભકના સ્થાને કે જયાં અપાન લય પામે અને પ્રાણ હજુ ઊઠયો ન હોય તે વચ્ચેના ગાળાના સ્થાને ધ્યાન ધરવું. **આંતરિક કુંભકના સ્થાનને ધ્યાનનું કેન્દ્ર બનાવવું. સદ્ગુરુએ** બતાવેલ જ્ઞાન-વિજ્ઞાન પ્રમાણે કરવાનું રહે છે. માટે પહેલો પ્રશ્ન ફરજીયાત છે કે પૂર્ણ પહોંચેલા ગુરુ પાસેથી ચેતનવંતા છ શબ્દોનો(ગુરુકૃપાએ કરીને)બોધ મેળવીને અભ્યાસ ચાલુ કરવો.

૨. **ધ્યાનનું વિજ્ઞાન :** ઓહંગને અપાન સાથે જોડવો. ગુરુજી સ્મરણરૂપી બે શબ્દોને કુંભક દરમ્યાન ઘુંટવા. સોહંગ શબ્દને પ્રાણની સાથે જોડવો અને બ્રહ્મ તુંહી રૂપી બે શબ્દોને બાહિક કુંભક દરમ્યાન ઘુંટવા. આમ છ શબ્દોને શ્વાસોચ્છ્વાસ સાથે જોડીને મન-પવનની માળા કરવી. તે સાથે કુંભકના સ્થાને ગુરુમૂર્તિ બેસાડીને તેમાં આંતર દષ્ટિથી ધ્યાન ધરવું અને સાંભળ વાની સૂરતા પણ ત્યાં રાખવી. આ રીતે ગુરુમંત્રનો જાપ કરાય.

૩. **મનનું રૂપાંતરણ અથવા જીવની પ્રગતિ તથા અનુભૂતિઓ :** એ રીતે અભ્યાસ કરતાં મનની અને આંખ કાનની ચેતનાઓ કે'તા તન્માત્રાઓ અંતરમુખી થઈનિ એકદોર થશે ત્યારે અંતરઘટમાં ચાલી રહેલો સુક્ષ્મ નાદબ્રહ્મ અનુભવાશે ને મન અંતરમુખી બનશે. આ સ્થિતિનનામનીજાગૃત્તિ થઈ એમ પણ કહેવાય. જે નાદ સંભળાય છે તેને અનાહતનાદ કહેવાય છે. તે વગર કાને સંભળાય છે અને વગર વાજીંત્ર વાગે છે. જેની અનુભૂતિ થાય છે તેને ઈન્દ્રિયાતિત અનુભવ કહેવાય છે. આમ સૂરતા સધાય જાય છે. સાથે સાથે સાહજીકતાથી પ્રાણો પણ નિયમનમા ચાલવા લાગે છે. શરીરમાં સ્ફૂર્તિ આવે.

બીજી ભૂમિકા : અંતઃકરણનું શુધ્ધિકરણ

૧. **ધ્યાનનું કેન્દ્ર :** કપાળ અને નાક જે સ્થાને મળે છે તે કપાળના મધ્ય સ્થાનને ભ્રકુટી કહે છે. **તે ભ્રકુટીને ધ્યાનનું કેન્દ્ર બનાવવું.** તેમ કરવા માટે નાકના ટેરવા ઉપર નજર કરવાથી તે સ્થાને ધ્યાન લાગશે.(બંધ આંખે). જયાં જયાં જરૂર જણાય ત્યાં **સદ્દગુરુ**ને કે અનુભવીને પૂછીને માર્ગદર્શન મેળવી લેવું જરૂરી છે.

૨. **ધ્યાનનું વિજ્ઞાન : અજપા જાપ** અનાહતનાદને સૂરતાથી સાંભળવાની પ્રક્રિયાને અજપા જાપ કહેવાય છે. કારણ કે આ જાપ બ્રહ્મ પોતે જપે છે. આપણે માત્ર તેને સાંભળવએ છીએ. આપણે જાપ જપતા નથી તેથી તેને અજપા જાપ કહે છે.

નીચે આપેલી ત્રિવિધ રીતે અજપા જાપ કરવા.

(૧) સૂરતાને અનાહતનાદ સાંભળવામાં સ્થિર કરવી.

(૨) બુધ્ધિમાં એવી નિષ્ઠા રાખવી કે જે નાદ અનુભવાય છે તે જ બ્રહ્મ છે.

(૩) ચિત્તમાં એવો ભાવ બેસાડવો કે જે નાદબ્રહ્મ સંભળાય છે તે જ હું છું.

આમ, આવા ભાવ સાથે અજપા જાપ કરવા કે જેથી ધ્યાન પરિપકવ થાય.

૩. **મનનું રૂપાંતર અથવા જીવની પ્રગતિ તથા અનુભૂતિઓ :** મનનું શુધ્ધિકરણ થશે. મનની સ્થિરતા અને એકાગ્રતા થશે તે અનુભવાશે. ઈન્દ્રિયો, ભરાય પડેલી વિષય-વાસનાઓથી ઉપરામ પામશે. માત્ર વાસના રહિત વિષયનો ભોગ કરશે. બુધ્ધિમાં સાત્વિકતા વધતી જશે. તેથી કરીને આસ્તિકતા અને શ્રધ્ધાવાન શુધ્ધ જ્ઞાનવાળી બુધ્ધિ થશે. તેમ અનુભવાશે (પ્રજ્ઞા). ધીમે ધીમે દેહાધ્યાસ પણ છૂટતો જશે. અને બ્રહ્મભાવ કેળવાતો જશે. આમ આખા અંતઃકરણનું સબળ બ્રહ્મમાં રૂપાંતર થશે કે જે અનુભવમાં આવશે. ત્યારે સૂરતા શબ્દમાં સમાયને સૂરતાનું શબ્દમાં એટલે કે નાદબ્રહ્મમાં (અનાહત) રૂપાંતર થશે. મન બ્રહ્મદશામાં આવશે. એટલે કે ચોથી અવસ્થા તુરિયાવસ્થા કે સંપ્રજ્ઞાત સમાધિનો અનુભવ થવા લાગશે. ચિત્તમાં સંતોષ, શાંતિ, આનંદ અનુભવાશે. આ દશાને નામની જાગૃત્ત દશા કહે છે.

ત્રીજી ભૂમિકા : નૂરતા-સૂરતા વડે નામને સિધ્ધ કરવું

૧. **ધ્યાનનું કેન્દ્ર :** આજ્ઞા કેન્દ્ર કે જે મોટું મગજ આવેલું છે (તેની વચ્ચેથી મેરૂદંડ પસાર થાય છે) કે જયાંથી આખા શરીરનો અને ઈન્દ્રિયોનો કંટ્રોલ મન કરે છે. તે જગ્યાએ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવા માટે કપાળના મધ્ય ભાગમાં જયાં ચાંદલો કરવામાં આવે છે ત્યાં નજર ફિકસ (બંધ આંખે) કરવાથી ધીમે ધીમે આજ્ઞા કેન્દ્ર સુધી ધ્યાન પહોંચી જશે. **ત્યાં ધ્યાનનું કેન્દ્ર બનાવવું. સદ્‌ગુરુની** આજ્ઞા પ્રમાણે જ ધ્યાન કાર્ય કરતા હોય તો **સદ્‌ગુરુની** કૃપાથી કાર્ય ઘણું સહેલુ થઈ જાય છે.

૨. **ધ્યાનનું વિજ્ઞાન :** સૂરતા શબ્દની એકતા સધાયા બાદ નૂરતાના પ્રકાશના માર્ગે આગળ વધવા માટે નૂરતા (આંતરિક નજર) થી જોતા પહેલા એકદમ ઝાંખો પ્રકાશ (અંધારી રાતે તારાના અજવાળાં જેવો) દેખાશે. ત્યાં વધુ પ્રકાશ ઘેરો દેખાય તે તરફ ધ્યાન લઈ જવું. (ચાંદાના પ્રકાશ જેવા) એમ કરતા જેમ જેમ ધ્યાનની ગહેરાઈ આવતી જશે તેમ તેમ પ્રકાશ ઘેરો થતો જશે. એકદમ સફેદ ધજા સૂર્યપ્રકાશમાં દેખાય તેવો આવે ત્યાં ધ્યાનને ફીકસ કરવું. એટલે કે નૂરતા અને સૂરતાને ત્યાં એકજ સ્થાને આજ્ઞા કેન્દ્રમાં સ્થિત કરીને નૂરતાથી નિરખવું અને સૂરતાથી સાંભળવું. આમ અભ્યાસ કરવો.

૩. **મનનું રૂપાંતર અથવા જીવની પ્રગતિ તથા અનુભૂતિઓ :** નૂરતા-સૂરતાના વિજ્ઞાન વડે અભ્યાસ ચાલતો હોય તે દરમ્યાન અનાયાસે સહજતાથી પ્રાણ-અપાન બંને સરખા સમયમાં ચાલવા લાગશે તથા સમાન અને સમતોલ થઈ જશે. ત્યારે સુક્ષ્મણાનો માર્ગ ખુલી જશે. અને બંને પ્રાણ સુક્ષ્મણાનાડીમાં ચાલતા થશે. જેના પરિણામ રૂપે બંને ભેગા મળ વાથી બંને પ્રાણો વધુ ઊંડા ઉતરશે. તેથી આંતરિક કુંભકનું સ્થાન વધુ ઉંડાઈએ કે જયાં કુંડલીની શકિતનું સ્થાન છે ત્યાં સુધી પહોંચી જશે. તેથી પ્રાણની ઠોકર તે સ્થાનને લાગવાથી અનાયાસે કુંડલીની જાગૃત્ત થશે અને વાયુમાં રૂપાંતર થઈને સુક્ષ્મણા નાડી મારફતે આગળ વધીને આજ્ઞા કેન્દ્ર તરફ પ્રયાણ કરશે. આજ્ઞા કેન્દ્રમાં જાગૃત્ત નામ (સબળ બ્રહ્મ) સાથે મિલન થતાં નામ સિધ્ધ થશે. ત્યારે સ્થૂળ અહંકારનો નાશ થશે.

નિરવિતર્ક - નિરવિચાર સમાધિ અનુભવાશે. શરીર, ઈન્દ્રિયો, મન, બુદ્ધિ વગેરે બધામાં કાંતી અનુભવાશે. (ચિત્તમાં વૈરાગ્ય વર્તાશે)

ચોથી ભૂમિકા : સંચિત કર્મોની સફાઈ

૧. **ધ્યાનનું કેન્દ્ર :** મસ્તકમાં આવેલા મેરૂદંડમાં જ્યાં મોટું મગજ આવેલું છે ત્યાંથી પાછળના ભાગે પાણી ભરાયેલા ભાગમાં નાનું મગજ તરતું હોય છે. તે નાના મગજના કેન્દ્રને ત્રિકુટી કહે છે **આ ત્રિકુટીને ધ્યાનનું કેન્દ્ર બનાવવું.** શાસ્ત્રોમાં પાણી ભરાયેલા ભાગને માનસરોવર પણ કહે છે.(ત્રિકુટી સતલોક અને મૃત્યુલોકને જોડતી કડી છે) તેને ઋતંભરા બુદ્ધિનું કેન્દ્ર પણ કહે છે. યોગીઓ એ ધ્યાનની સ્થિતિને શાંભવી મુદ્રા પણ કહે છે.
નોંધ : અનુભવી ગુરુ જ તે વિષે વધુ સમજણ આપી શકે. તેનું લખીને વર્ણન થઈ શકે તેમ નથી. તો સદ્ગુરુના સંપર્કમાં રહીને વિશેષ જરુરી માહિતી મેળવી લેવી. ને યોગમાં આગળ વધવું.

૨. **ધ્યાનનું વિજ્ઞાન :** જયારે આજ્ઞાચક્ર પાસે સબળ બ્રહ્મ કેતા નામ (સોહંગ) અને કુંડલીની શકિત કેતા વચન (ઓહંગ) મિલન થાય છે. એટલે કે વચનરૂપી પાલખીમાં સૂરતા બેસીને નામનો દોર પકડી રાખે પછી સાધના માટેના કોઈપણ પ્રયાસ સાધકે કરવાના રહેતા નથી. કુંડલીની શકિત એના સહેજ સ્વાભાવે કરીને મોટા મગજ અને નાના મગજ જોડતી બંકનાળ મારફતે ત્રિકુટિ તરફ આગળ વધે છે. તેની સાથે સબળ બ્રહ્મ જોડાયેલા હોવાથી ઊર્ધ્વગમન કરીને ત્રિકુટિમાં સફર કરે છે. તે દરમ્યાન જુદાં જુદાં નાદ જેવા કે ઘંટનાદ, શંખનાદ, મોરલી, વીણા જેવા નાદો સાંભળવાની પ્રક્રિયા ચાલતી હોય છે. તે દરમ્યાન અનાયાસે સંચિત કર્મોનો પણ નાશ થઈ જાય છે. કુંડલીની શકિતની હાજરીથી જ બધી પ્રક્રિયા થાય છે. સાધકે કોઈ ક્રિયા કરવાની રહેતી નથી. સાક્ષીભાવે અનુભવ કરવાનો હોય છે. સહજ સમાધિ સ્થિતિ હોય છે. આંતરિક અને બાહ્ય બધું આપોઆપ થતું હોય છે.

૩. **મનનું રૂપાંતર અથવા જીવની પ્રગતિ તથા અનુભૂતિઓ :** કુંડલીની શકિતની મદદથી અંતરનાદ સાંભળતા સાંભળતા સબળ બ્રહ્મનું કુટસ્થ બ્રહ્મમાંરૂપાંતર થાય છે.(શુધ્ધ આત્મામાં)અને માનસરોવરમાં નાહીને સંચિત કર્મોનો મેલ બધો સાફ કરીને એકદમ પવિત્ર થાય છે. ત્યારે સદાશિવના દર્શન કરવાને યોગ્યતા કેળવે છે. એટલે કે સદાશિવના દર્શન કરવા માટે શિવ નેત્ર કે ત્રીજી આંખ કે ત્રીજું નેત્ર ખુલે છે. ત્યારે તેને દશમો દ્વાર કે બ્રહ્મરંધ્ર પણ કહે છે. તે મારફતે શિવદર્શન કરીને આત્મ સ્વરૂપને પામે છે. માનસરોવર રૂપી બ્રહ્મસાગરમાં કુટસ્થ બ્રહ્મરૂપી હંસલો (હંસો-સોહંગ) મોજુ માણે એવા બ્રહ્માનંદનો અનુભવ થાય છે. બધા બંધનોમાંથી મુકત થયો હોય એવો અહેસાસ થાય છે. ભૂતકાળની સ્મૃતિઓ સતાવતી નથી તથા ભવિષ્યકાળની કલ્પના પણ ઊઠતી નથી. આમ સતત પોતાના વચન સ્વરૂપમાં રહીને મન, વાણી અને ઈન્દ્રિયો પોત-પોતાનું કાર્ય કરતી રહે છે. તેવી રેણી-રીતવાળું જીવન વર્તાય છે.

પાંચમી ભૂમિકા : આત્મસાક્ષાત્કાર(કાળ અને માયાથી મુકિત)

૧. **ધ્યાનનું કેન્દ્ર :** સહસ્ત્રદળ કમળ મસ્તકમાં મેરૂદંડના છેક ઉપરના ભાગે સાતમું કેન્દ્ર આવેલ છે. તેને સહસ્ત્રદળ કમળ કહે છે. કારણ કે ત્યાં હજારો સૂર્યના પ્રકાશ સમાન પ્રકાશતો રહે છે. **તે સ્થાનને ધ્યાનનું કેન્દ્ર બનાવવાનું રહે છે.** ત્રિકુટિના કેન્દ્રમાં પહોંચ્યા પછી તે કેન્દ્રમાં ધ્યાન ધરી શકાય છે.

૨. **ધ્યાનનું વિજ્ઞાન :** જયારે ચોથી ભૂમિકાના અંતે ત્રીજું નેત્ર કે બ્રહ્મરંધ્ર ખૂલે છે તેના દ્વારા સહસ્ત્રદળના સ્થાને દિવ્ય પ્રકાશ એટલો તો તીવ્ર હોય છે કે તે ત્રીજા નેત્ર દ્વારા દિવ્ય દ્દષ્ટિ વડે જ જોઈ શકાય છે. આમ ત્યાં પરમાત્માના દર્શન કરવાના હોય છે. તો તે દર્શન શિવનેત્ર દ્વારા બ્રહ્મરંધ્ર મારફતે ત્રિકુટિના કેન્દ્રમાં રહીને બ્રહ્મ દ્દષ્ટિ વડે સહસ્ત્રદળમાં બિરાજમાન પરમાત્માના દર્શન કરવાનાં હોય છે.

૩. **મનનું રૂપાંતર અથવા જીવની પ્રગતિ તથા અનુભૂતિઓ :** આમ જયારે પરમાત્માના દર્શન કરીને આત્માના પ્રકાશ-વિમર્શ સ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર થાય છે. કાળ અને માયાના બંધનમાંથી મુકતતાનો અનુભવ થાય છે. તે

સ્થિતિ કુંડલીની શકિત કે જે વાયુ સ્વરૂપે (પ્રાણ રૂપે) હતી તેનું રૂપાંતર તેના મૂળ સ્વરૂપ (આકાશ) એવા પ્રણવ કે ઓમકારના નાદ સ્વરૂપે અનુભવાશે. ત્યારે કુટસ્થ બ્રહ્મ કે નિજ આત્મા તેની સાથે સંયુકત થઈને વચન સ્વરૂપે બનશે. તે સ્થિતિને વચન સિદ્ધી કહેવાય. જથારથ વચનનો બોધ થયો કહેવાય અને વિદેહ મુકિતનો અનુભવ કરીને જન્મ મરણના ચક્રમાંથી નિકળીને સતલોક કે સદ્ગુરુના દેશમાં પહોંચવાની લાયકાત આવે છે. ત્યારે માત્ર આકાશી અવાજ કે જેને પ્રણવનાદ કહે છે કે જે એકધારો ગાજી વાજી રહ્યો હોય છે. પોતાનો આત્મા શૂનકાર રીતે અનુભવાતો હોય છે. તે સ્થિતિને ઉન્મુની અવસ્થા પણ કહે છે. ત્યારે સુક્ષ્મ અહંકારનો નાશ થઈ જાય છે. મન, આત્મામાં સદાને માટે લય પામી જાય છે. અને આમ જીવનું શિવનાં દર્શનથી શિવમાં રૂપાંતર થાય છે. ત્યાં દેશ-કાળ કે વસ્તુ એવું કાંઈ નથી. ત્યાં આગળ પાછળ કે ઉપર નીચે કે કોઈ દિશાઓ વગેરે કાંઈ નથી. માત્ર પોતે શૂન્ય રૂપે છે. અને પોતાના જ શૂનકાર નાદને સાંભળે છે. ત્યાંથી આગળ જવા માટે પોતા પાસે કોઈ ઈલાજ નથી. ચારે બાજુએ મહા આકાશ ફેલાયેલું છે. કે જેને અંધારિયો ખંડ પણ કહેવાય છે.

નોંધ : આ તકે હું ખાસ નોંધ લઉં છું કે મારા મારફતે જે કાંઈ સૂરતા શબ્દના સહજ યોગની સાત ભૂમિકાનું વર્ણન શબ્દ દ્દારા લખવામાં આવી રહયું છે તેમાં પૂરેપૂરી ગુરુકૃપા હોય એવો મને અહેસાસ થાય છે. અને ગુરુ પ્રતાપે કરીને મને માત્ર નિમિત બનાવીને મન, બુધ્ધિ કે વાણી કે ઈન્દ્રિયોથી પર એવું પાંચમા વેદનું જ્ઞાન, અશકયને શકય બનાવીને તેની જ કૃપાથી થયેલું છે. તો તેના શરણમાં જેનું છે તેને અર્પણ કરું છું. અંતરઘટમાં પોતાના આત્મા તરફ યાત્રા કરતાં સાધકો માટે માર્ગદર્શન અને પ્રેરણારૂપ બને એ જ આશયથી આ સાત ભૂમિકા દ્વારા રૂપરેખા તૈયાર કરેલ છે.

છઠ્ઠી ભૂમિકા : સતલોક

૧. **ધ્યાનનું કેન્દ્ર : ત્યાં ધ્યાન ધરવાનું કોઈ ખાસ કેન્દ્ર નથી** કે ધ્યાનનો કોઈ ખાસ વિષય પણ નથી. સતલોક કે સચખંડ કે સદ્ગુરુનો દેશ જયાં છે ત્યાં પહોંચવાનું છે. તે માટે પોતે કે જે વ્યષ્ટિ બ્રહ્મરૂપે છે.

તેનું સમષ્ટિ બ્રહ્મમાં દાખલ થવાનું બાકી છે. પોતે કાંઈ કરી શકે તેમ નથી. વ્યષ્ટિ બ્રહ્મ અને સમષ્ટી બ્રહ્મ વચ્ચે આવો તો અંધારિયો ખંડ આવેલો છે કે અનેક સૂર્યોનો પ્રકાશ ભેગો કરીને દાખલ કરવામાં આવે તો પણ કંઈ દેખાય નહી. તેથી તેને અંધારિયો હોલ કે બ્લેક હોલ અથવા મહા શૂન્ય પણ કહેવાય છે. ભંવર ગુફા કે ઘનશ્યામ પણ કહેવાય. શૂન શિખર પર ભંવર ગુફામાં અધર એટલે કોઈપણ આધાર વગર સદ્‌ગુરુ બિરાજમાન છે. ત્યાં પહોંચ્યાથી સદ્‌ગુરુના શરણે ગયાં કહેવાય.

૨. **ધ્યાનનું વિજ્ઞાન** : પાંચમી ભૂમિકાએથી છઠ્ઠી ભૂમિકાએ પહોંચવાનું વિજ્ઞાન સમજીએ તો જેમ લોખંડનું મોટુ મહાચુંબક નાના લોખંડના ચુંબકને તેના ચુંબકીય ક્ષેત્રમાં જયારે દાખલ થાય છે, ત્યારે નાનુ ચુંબક મોટા ચુંબક તરફ અનાયાસે ખેંચાય જાય છે. અને મોટાની સાથે નાનું જોડાઈ જાય છે. બીજી રીતે સમજીએ તો નદીના પાણીનો જથ્થો દરિયાના પાણીમાં ભળી જાય છે તેમ વ્યષ્ટિ રૂપ આત્મા સમષ્ટિ રૂપ પરમાત્મા કે જેને સચખંડ કહે છે. તેમાં ભળી જાય છે. તેને અમરલોક પણ કહેવામાં આવે છે. ત્યાં સદ્‌ગુરુ કેતા પરમાત્માની કૃપા માત્રથી જ ત્યાં પહોંચાય છે. તે સદ્‌ગુરુ બધાં ગુરુઓનાં પણ ગુરુ છે.

નોંધ : ચારેય યુગથી, ગુરુ શિષ્યની પરંપરાથી આત્મબોધનું જ્ઞાન-વિજ્ઞાન ચાલ્યું આવે છે. જેમ આત્મા સત્ય છે તેમ તે વિશેનું જ્ઞાન અને તેનું વિજ્ઞાન પણ એટલું જ સત્ય છે. તેમાં કોઈ પણ કયારેય કંઈ પણ ફેરફાર કરી શકે તેમ નથી.

૩. **મનનું રૂપાંતર અથવા જીવની પ્રગતિ તથા અનુભૂતિઓ** : જયારે સદ્‌ગુરુની કૃપાથી સતલોકમાં પહોંચે છે તે પીંડ અને બ્રહ્માંડથી પણ પર છે. કે જયાં માયા કે કાળનું નામ નિશાન પણ નથી. માત્ર પરમાત્માનું વ્યાપક સ્વરૂપ હોય છે. આ અદ્વૈત સ્વરૂપે બધે જ સત્યથી જ ભરપૂર હોય છે. તેના તેજથી જ બધાં ગુરુઓ કાર્ય કરતાં હોય છે. આમ ગુરુઓ માત્ર નિમિત હોય છે.બધાં પહોંચેલા ગુરુઓને સમષ્ટિ કેન્દ્રમાંથી જ ચેતના મળતી રહેતી હોય છે. તેથી પરમાત્માની સત્તા-શકિત ગુરુઓમાં કામ કરતી હોય છે. ગુરુઓ માત્ર નિમિત થઈને કાર્ય કરતા હોય છે. તેનામાં કર્તાભાવ કે કોઈપણ જાતની અહંકારની વૃત્તિ હોતી નથી. તેમના મારફતે બધાં કાર્યો સહજભાવે સરળતાથી થતાં હોયછે. તેઓશ્રી દ્વંદ્વાતિત-ગુણાતિત -તુરિયાતિત-ભાવાતિત-જ્ઞાનાતિત વગેરે બધી સ્થિતિઓથી પર પાંચમી અવસ્થા કે જેને સાક્ષીની અવસ્થા કહેવાય તેમાં હંમેશા સ્થિત થયેલાં

વિદેહ મુકિતમાં જ સ્થિત થયેલા હોય છે. અને હંમેશા સદ્‌ગુરુનાશરણમાં રહે છે. પરમાત્મા આખા જગતની સેવા કરે છે. અને સદગુરૂપરમાત્માની ઈચ્છા મુજબ જ કાર્ય કરે છે. એટલે કે છઠ્ઠી ભૂમિકાઅ પહોંચ્યા બાદ પણ વિદેહ મુકિત દશામાં દાસાનું દાસ થઈને રહે છે. એટલે કે પોતાની જાતને સંત ચરણરજ દાસાનુંદાસ તરીકે માને છે.

સાતમી ભૂમિકા : પરાત્પર બ્રહ્મ(પરમ સત્ય-કેવળપદ)

જયાં માત્ર અસ્તિત્ત્વ સિવાય બીજું કંઈ પણ નથી. ૧૪ લોક અને ૨૧ બ્રહ્માંડોથી પણ પર કે જયાં નથી માયા કે મેદની કે નથી ચાંદા કે સૂર્યો કે નથી જળ કે જમીન માત્ર ચૈતન્ય ઘન, અખિલ, નિર્ગુણ, નિરંજન, નિરાકાર, પરમ સત્ય છે. તેને અનામ કે અલખધણી, પરમેશ્વર કે પરાત્પર બ્રહ્મ વગેરે એવા શબ્દો પરમ તત્ત્વની ઓળખ માટે જ્ઞાનરૂપે વાપરવામાં આવે છે. પોતે નિરાધાર છે અને આખા વિશ્વનો અધિષ્ઠાતા છે. તેને કૈવલ્ય પદ પણ કહેવામાં આવે છે. તે કાયમનું ત્રિકાળાબાધિત છે. પહેલાં હતું, આજે પણ છે અને કંઈ નહીં હોય ત્યારે પણ તે હશે. એવું કાયમનું સત્ય કે જેમાંથી બધું ઉત્પન્ન થાય છે. છતાં બધાંથી પર રહે છે. તેમાં કોઈપણ જાતનો ફેરફાર થતો નથી. અને કાયમ પોતાની મૂળ સ્થિતિમાં જ જેમનું તેમ રહે છે. એવા પૂર્ણ પુરુષોત્તમ પરમાત્માને સાષ્ટાંગ પ્રણામ. આમ, પોતે જ પોતાના પરમ તત્ત્વને ઓળખી, પારખી, નિરખીને નકકી કરી ઈશ્વર ઈચ્છાએ પરમ પદમાં સમાઈ જવું. આ સ્થિતીને નિર્વાણ પદ, કૈવલ્ય પદ, મોક્ષગતિ પામ્યાં એમ કહેવાય. પરમાત્માના ગુણાનુંવાદ જેટલા કરવા બેસીએ તે બધાં ઓછા પડે એ સદ્‌ગુરુના વખાણ હું કેમ લખી શકું ? ખૂદ સરસ્વતિ અને વેદો પણ થાકી ગયાં. શિવ-સનકાદી પણ પૂરા ન ગાઈ શકયાં એવો સદ્‌ગુરુનો ભેદ પૂર્ણ રીતે કોઈ પામી શકે તેમ નથી. માટે કહેવાયું છે કે....

ગુરુ ગોવિંદ દોનો ખડે, કીસકો લાગુ પાય
બલિહારી ગુરુદેવ કી, જીસને ગોવિંદ દિયો બતાઈ.
ગોવિંદથી ય ગુરુ છે અદકેરાં, સદ્‌ગુરુ દયા નિધાન,
ચાહે સો પલમાં કરે, ધન ધન સદ્‌ગુરુ દાતાર.

ગુરુની ગતિ ગુરુને વાસ જેવી છે. કસ્તુરીની વાસ, જયાં નામનો છે વિશ્વાસ. દિનાનાથ પૂરે તેની આશ. તો હવે વધુ વર્ણન નહીં કરતા હું પરિબ્રહ્મ પરમાત્માને દંડવત સાષ્ટાંગ પ્રણામ કરીને સાથે સાથે મને પણ નમસ્કાર કરીને વીરમુ છું.

બોલો સર્વદાતા સદ્‌ગુરુદેવનો જય હો...જય હો...જય હો...જય જયકાર હો...

ત્રિકાળ નમસ્કાર હો...

નોંધ : આ ભૂમિકામાં ધ્યાનનું કેન્દ્ર, ધ્યાનનું વિજ્ઞાન વગેરેનો ઉલ્લેખ પણ અપ્રાસંગિક છે. જે તમારા ધ્યાનમાં આવ્યો હશે.

તા. ૧૮-૦૫-૨૦૨૧
ગોંડલ

બસ એ જ...
દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ.
જય ભગવાન.

:::::-:::::

૧૯. સંતોની વાણી અને સત્સંગ

હવે આપણે આપણાં અનુભવજન્ય જ્ઞાનને પ્રમાણિત કરવા માટે સંતો, ભકતોની વાણી જોઈએ. અને તે વાણી દ્વારા સમજીને આપણા અનુભવને પ્રમાણિત કરીએ.

ગુરુ પરંપરાનો સત્સંગ

જે જ્ઞાન ચાર વેદો કે સતશાસ્ત્રોમાં લખી શકાતું નથી તેવું પાંચમા વેદનું તત્વજ્ઞાન, વિજ્ઞાન અને તેનું ગુઢ રહસ્ય કે જે સંતો-ભકતોએ અનુભવેલું હોય તે અનુભવજન્ય જ્ઞાન, ભજન-વાણી-સાખી કે દોહરા વગેરે મારફતે રજુ કરેલ હોય છે. તેને ગુરુજ્ઞાન કે ગુરુગીતા પણ કહે છે. તે જ્ઞાન સમજવા માટે ગુરુગમ(પ્રજ્ઞા બુદ્ધિ)હોવી જરુરી છે.

સદ્ગુરુદેવ શ્રીહરિરામબાપા તેમનાં શ્રીમુખેથી સત્સંગ દ્વારા અમને ગુરુ પરંપરાની જે સાખીઓ ખોલીને સમજાવતાં તે સાખીઓ નીચે મુજબ છે.

૧. ગુપ્ત સમરણ દીધું ગુરુજીએ, તેથી આત્મા ચિન્હો હમારો
હું અશુધ્ધ હતો તેને શુધ્ધ કર્યો, તે ઘણો ગુણ માનું ગુરુ તમારો.
૨. હવે સદાય ઓથ તમારા ચરણનો, સમરવું એક ઈશ્વર સાહેબનું નામ,
ખટ સોહંગ શબ્દની સાનમાં, ઓળખાવ્યો આત્મારામ.
૩. હવે નિવૃત્તિ પ્રવૃત્તિને પરખી, એક સંકલ્પ-વિકલ્પને દૂર કરો,
આમ જીવન મુકિત જાણી, તમે સંતોષ વરને વરો.
૪. આ અવલ-કવલની છે સાધના, તેનું સહેજે સ્મરણ કરજો,
અનાદિ વચન ગુરુદેવોનું, તેનું ધ્યાન તમે તમારી નાભિમાં ધરજો.
૫. એ પોતાના પૂણ્યના પારખા, તે ગુપ્તદાન દેજો,
આમાં શાંતિપદ સોહંગ છે તે તમારો આત્મા ઓળખી લેજો.
૬. એ વૃક્ષરૂપ એક જ છે. તેમાંથી દ્વાદશ પ્રગટયાં છે ડાળાં,
અનુભવથી ઓળખો તો, સોહંગ પદ છે બાવન અક્ષરથી બારા.
૭. સદ્ગુરુએ વચન સૂણાવ્યો, એ જરાય નથી જુઠો,
સત્સંગરૂપી પાટી કરી, વચન વતરણેથી એક જ એકડો ઘુંટો.

૮. એ દમ કદમના દોરમાં નિરભે પદને નિહાળો, દસમાં સોહંગમાં સૂરતા લગાવોતો આ ઝરે એક અખંડિત ઝરો.

૯. એમ વરતી જેની વરમંડમાં વરી, ત્યાં સૂરતા કરે સંગમ,
ગુરુ વચન થકી ઓળખી લેજો, માહી બોલે છે તે નર છે પોતે નિગમનો ગમ.

૧૦. આપમાં અગમ ઉગે તો તમે જાણજો સદ્ગુરુ બતાવે છે સત્ય બ્રહ્મ
તેમાં અલૌકિક અક્ષર ઉકલે તો કોટિક છુટી જાય કર્મ

૧૧. આ અભય વચન સદ્ગુરુએ સુણાવ્યાં આ દાસને
સદ્ગુરુ મળ્યાં તો દેહમાં હરશાણાં, હવે રીઝયાં રામ રઘુનાથ
દેવે મને દીધી તાળી, મળ્યાં સદ્ગુરુ શ્યામ.
કાપી કર્મની કળી, બતાવ્યો સત્ય બ્રહ્મ ઉપદેશ.

૧૨. તો આદિ-અનાદિની આ સાન છે. સત લોકની, તેને જુકિત કરેને જો જો,
આ નામ વચનથી અનેક ઓધર્યા, તમે નિરભે થઈને રહેજો.

૧૩. એ અકળ પુરુષ અવતાર ધરીને, ખેલે છે બાવનથી બારો
ને છે સબસે ન્યારો, તે છે બોલનહારો (વચન)

૧૪. એક અક્ષરથી આ ખલક સ્થપાયું
તેમાં સોહંગ નામ હાલે છે સવાયું

૧૫. આ નામ અને વચનને ઓળખો તો ચૌદ લોક સૂઝે,
જો તે રૂપે થઈને રહેશો તો જનમ મરણની ખેપ બુઝે.

૧૬. આ નામને તમે જાણજો કે જાણજો નામનો ભેદ
કે જે નામથી સૃષ્ટિ બની, ને બન્યા છે ચારે વેદ

૧૭. એ વચન થકી ચૌદ લોક રચાણા, વચન થકી ચાંદો સૂરજ
વચન થકી માયા ને મેદની, વચન થકી વરસે સાચા નૂર

૧૮. રેણ (રાત) સમાણી સૂર્યમાં, સૂર્ય સમાયો આકાશ,
તે આકાશ સમાણું વચનમાં, તે વચન હોઈ કોઈ વિરલા પાસ.

૧૯. બાકી હજારો નામ શ્રીહરિ ના, તે બધા નામની સહી,
પણ જે નામથી નામી મળે, તે નામની ખબર કોઈકને થઈ.

૨૦. નામ મિલાવે રૂપને જો જન કોઈ ખોજી હોઈ
તો રૂપ હૃદયે વસે, તો ક્ષુધા રહે ન કોઈ
૨૧. સૂરતા જગાડે નામને, નામ જગાડે પ્રેમને,
પ્રેમ જગાડે પુરુષને, પુરુષ જગાડે બ્રહ્મને.

તો હાલતા-ચાલતા, સૂતા-બેસતા, આઠે પહોર હૉશિયાર રહીને શ્વાસો-ઉચ્છવાસથી, સહજ સમરણ અજપા જાપ કરતાં રહેવું. કુદરત સમે સમે કામ કરતો રહે છે. હંસની કમાઈ પ્રમાણે લાભ આપતો રહે છે. આ નામ-વચનને ખોલીને જોશો તો સદ્ગુરુનું રૂપ વિજ્ઞાનથી ઓળખાશે. જે પદ આપણે સમજ્યાં છીએ તે પદમાં સ્થિરતા રાખવી એવી અમો ગુરુચરણમાં રહીને શુભેચ્છા પાઠવીએ છીએ.

શ્રીગુરુભ્યો નમઃ
(આત્મારામ અને કાયારાણીનો સંવાદ)

આત્મારામ : હે કાયારાણી, તમે શુદ્ધિ, બુદ્ધિમાં આવી જાવ. મારે જવાનો ટાઈમ થયો છે. મારા દમ પૂરાં થયાં છે. તમારે કંઈ પૂછવું હોય તો પૂછી શકો છો.

કાયારાણી : હે આત્મારામ, મેં તમને હૈયામાં હિંચકો બાંધી હિંચોડયાં, રમાડયાં, જુગતિથી જમાડયાં. તો તે પ્રમાણે તમે કેમ કંઈ વર્તતા નથી ? અને આમ ચાલ્યાં જાવ છો ?

આત્મારામ : હે કાયા, આશા છે તે સર્વ નિરાશા છે.

કાયારાણી : હું કંઈ માંગતી નથી. મારે તો જાણવું છે કે તમો કોના છો જાયા ? શું નામ લઈને ઘરમાં આયા ? તો અમે કયા એંધાણે ઓળખીએ તમને ?

આત્મારામ : હે કાયા, ગગન મંડળમાંથી પીયૂ પ્રકાશા ઓ શકિતના મેં જાયા. નામ અનામી લઈને આવ્યાં. ઘટમાં રૂપ ધરાયા. શૂન મંડળમાં ફરું સવાયા. હરો હરમાં દર્શાયા, હવે ચમકીને ચાલ્યો જાવ છું. વાવાઝડી મોઝારા. એમાં શું જાણે જગત સંસારા રૂપ હમારા ?

કાયારાણી : આ તો ભેં ભડકા જેવો થયો. મને કંઈ સમજણ પડતી નથી. ક્યાં છે તમારા ગામ ? ક્યાં છે તમારા મેલાણ ? ક્યાં છે તમારા બેઠણાં ?

આત્મારામ : હે કાયા, જળ-જમીન મારા ગામડિયા. શૂન મંડળમાં મેલાણ, અધર તખર પર બેઠણાં મારા, તું હી, તું હી શબ્દ જેવા મુજ એંધાણ. ઘર-અધર આવું જાવું, અગમ ઘરની ખબરું લાઉં, ઘર-અધર ઘર મારું, નૂરમાં નૂર સમાવું

કાયારાણી : આ તો તમે મને સાન સમજાવી. મારે તો તમારા દર્શન કરવા છે.

આત્મારામ : જો તારે દર્શન કરવા હોય તો

તારી નાભિ કમલમાં નકલંક વાસા,
સોઈ શબ્દ છે બ્રહ્મ ખાસા,
જો બની જાવ એના દાસા,
તો મટે જનમ - મરણના ફાસા,
જો બની જાવ તેના પૂજારા,
તો ઘટમાં થાશે અમારા દિદારા (દર્શન)
હે રાણી આમ જો તમારે કરવું હોય તો...
નૂરતા સૂરતામાં મૂર્તિ નિરખ લે, નકકી કરી લે નિશાના,
આ તો બ્રહ્મરૂપ છે મસ્તાના, એના નહીં કોઈ અનુમાના
હે કાયા તું મત બન બેધાના, આમાં રાંક રખોલિયો
અને પવન પાણતિયો હંસો હાલ્યો ગામડિયાં ઉજ્જડ કરી.
તમે સર્વે લોકમાં રહેજો મળી, ગુરુ પ્રતાપે ખૂલી જશે કર્મની કળી
આવો ફેરો કેદી આવશે ફરી ?
અરસ-પરસ દર્શન કરજો ને દર્શન દેજો
આવા ભાવ મુકતા જાવાને લાવ લેતા જાવા.
રહેવું વચનમાં અને નામને મુકવું નહીં.(ભૂલવું નહીં)
નૂરત-સૂરતમાં ગુરુને(વચનને)રેઢા મુકવાં નહીં.
તો આત્માનો જોગ પાકી જશે અને વસ્તુ જયાંથી નિકળી ત્યાં સમાય તો(સૂરતા શબ્દમાં સમાય તો)ચોર્યાસીના બંધન છૂટી જાય.

પછી તો ખમૈયાનો ખલકો કરી આવી જેણે રાખી નામ-વચનની ટેક, પહેરી લીધા બ્રહ્મભેખ, રંગ-રણુકારથી રંગેલ તે તો આપો આપ અલેખ. આ તો દેહનું જે જીવન, તે સત જીવનમુકિતની સાચી સમજણ સદ્‌ગુરુ આપે બોલો સર્વદાતા સદ્‌ગુરુનો જય હો... જય હો... જય હો...

એક રૂપક

એક કાયા નગરી હતી. તેમાં નગરનો રાજા હતો. જેનું નામ જીવરાજ હતું. તે રાજાને બે રાણી હતી. એકનું નામ વિદ્યા અને બીજીનું નામ અવિદ્યા હતું. નગરીનો વહીવટ બરાબર ચાલતો હતો. રાજનો વહીવટ રાજા પોતે ચલાવતો હતો. સમય જતાં રાજાનો સહવાસ અવિદ્યા રાણી સાથે રહેતો અને તેનાથી સમયાંતરે ચાર સંતાનો થયાં.

તેમાં મોટા સંતાનનું નામ કામ, બીજાનું નામ ક્રોધ, ત્રીજાનું નામ લોભ, ચોથાનું નામ મોહ રાખવામાં આવ્યાં. વખત જતાં ચારેય સંતાનો મોટા થયાં એટલે કે ઉંમરલાયક થયાં ત્યારે તેમના લગ્ન મોહના આશા સાથે, કામના તૃષ્ણા સાથે, ક્રોધના ઈર્ષા સાથે તથા લોભના અદેખાઈ સાથે એવી ચારે સ્ત્રીઓ સાથે કરવામાં આવ્યા. રાજનગરીનો વહીવટ જીવરાજ પોતે નીતિથી ચલાવતો હતો. તેથી તેમનાં સંતાનો અને પુત્રવધૂઓ નારાજ હતા. કારણ કે એમની ઈચ્છા પ્રમાણે વિલાસ વૈભવ માણવા કે વિષયો ભોગવવામાં રાજાની નીતિ નડતી હતી. તેથી બધાં સંતાનો અને તેની પત્નિઓએ મળીને નકકી કર્યું કે રાજનો વહીવટ પોતાના હાથમાં લઈ લેવો.

અને રાજાને(પોતાના પિતાને)રાજની નજરકેદમાં પૂરી દેવા.આમ એક દિવસ જીવરાજને જેલમાં પૂરીને રાજની સતા બધાં સંતાનોએ સંભાળી લીધી. તેમાં મોહ રાજા થયો, કામ પ્રધાન થયો, ક્રોધ સરસેનાપતિ થયો, લોભ ખજાનચી થયો. આમ રાજના વહીવટમાં અનિતી આવી ગઈ ને લાંબેગાળે નગરીમાં અરાજકતા, અંધાધુંધી, અવ્યવસ્થા વગેરે વગેરે થતાં પ્રજા બધી દુઃખી થઈ ગઈ. જીવરાજભાઈ દુઃખી થઈ ગયાં અને જેલના બંધનમાંથી કેમ છૂટવું તેના વિચારો કરે અને તેના જુના જે અધિકારીઓ હતાં તેને વિનંતી કરે કે મને આ બંધન - દુઃખમાંથી છોડાવો. પણ બધાં અધિકારોઓ, નગરશેઠો, કે ધર્મગુરુઓ કે સજજનો પોતાની લાચારી

બતાવીને કહેતા કે અમને દયા આવે છે. પરંતુ અમારી પાસે તમને છોડાવવાની સત્તા નથી કે જેથી તમને મુકત કરીએ. આમ રોજ બધાને પૂછતા ફરે પણ કોઈ છોડાવી શકે તેમ ન હતાં. પણ એક દિવસ ત્યાંથી સંત-મહાત્મા પસાર થયા એટલે જીવરાજે તેમને વિનંતી કરી કે મને આ નજરકેદના બંધનમાંથી છોડાવો.

ત્યારે સંતે કહ્યું કે આ બંધનમાંથી તમને બીજા કોઈ નહીં છોડાવી શકે. આ બંધનનું કારણ તમે પોતે જ છો. તેમ છતાં સલાહ આપી કે આ બંધનમાંથી છૂટવું હોય તો તે તમારા હાથની વાત છે. ત્યારે રાજાએ કહ્યું કે તમે કહો તેમ કરવા હું તૈયાર છું પણ મુકત થવાનો કોઈપણ ઈલાજ બતાવશો. તો તેમ કરવા મારાં જીવના જોખમે પણ હું કરીશ. રાજાની આ સ્થિતિ જોઈને સંતને દયા આવી અને સલાહ આપતા કહ્યું કે જુઓ રાજા તમારે બે પત્નીઓ છે. તેમાં તમે અવિદ્યાના સહવાસમાં રહેવાથી આ તમારા સંતાનો થયા છે તેમણે બધાએ મળીને તમને જેલમાં પૂરી દીધા છે અને નગરીનો વહીવટ પણ ખરાબ થઈ ગયો છે. પણ હજુ તમારી જે વિદ્યારાણી છે તે તમારું જ સુખ ઈચ્છે છે. હજુ પણ તમે તેના સહવાસમાં રહેશો તો તેનાથી જે સંતતિ થશે તે તમને બંધનમાંથી મુકત કરશે. સંતે કહ્યું કે જેને કોઈ ન પહોંચે તેને તેનું પેટ પહોંચે. એ સિદ્ધાંત સમજાવ્યો.

તેથી રાજા સંતની સલાહ પ્રમાણે અવિદ્યાનો સંગ છોડીને વિદ્યાના સહવાસમાં રહેવા લાગ્યાં. તો સમય જતાં તેને પણ સંતાનો થયાં પહેલો જ્ઞાન, બીજો વિચાર, ત્રીજો વિવેક, ચોથો વૈરાગ્ય. આમ ચારેય સંતાનો મોટા થયાં અને ભાઈઓ વચ્ચે યુદ્ધ થયું. તો યુદ્ધમાં જ્ઞાને મોહને હરાવ્યો. આત્મવિચારે કામને હરાવ્યો. સત અસતના વિવેકે ક્રોધને હરાવ્યો. વૈરાગ્યે લોભને હરાવ્યો.

આમ ચારેયને હરાવી રાજનો વહીવટ વિદ્યાના સંતાનોએ લઈ લીધો. અને પોતાના પિતાને જેલમાંથી મુકત કર્યા. ત્યારે જીવરાજે જ્ઞાનને રાજગાદી સોંપી. વિચારને પ્રધાનપદ આપ્યું, વિવેકને સરસેનાપતિ રક્ષણખાતુ આપ્યું અને વૈરાગ્યને ખજાનચી બનાવ્યો. ત્યારે તે ચારેય સંતાનોએ પોતાના પિતાશ્રી એવા જીવરાજને નગરીના મહારાજા તરીકે કાયમી માટે પદ પર બેસાડીને બહુમાન કરીને આખી કાયા નગરીનો વહીવટ ફરીથી સુધારીને નીતિ ન્યાયથી વહીવટ થવા લાગ્યો. અને ચારેય સંતાનોના લગ્ન પણ રાજકુંવરીઓ સાથે થયા. નીતિ, નિષ્ઠા, દયા, કરૂણા એવી સતકૂળની કુંવરીઓ સાથે થયાં. અને આખી નગરી કે જે નર્કાગાર જેવી હતી

તે સ્વર્ગપૂરી જેવી થઈ ગઈ. અને બધાં મુકત થઈ ગયાં.

આ ઉપરોકત રૂપકનું વિવરણ તમે જાતે કરી લેજો અને તેનો સાર સમજીને જીવનમાં ઊતારજો. એ જીવનમાં ઉતારવા માટે જે આત્મબળ જોઈએ એ બળ જે સાધના બતાવવામાં આવેલી છે તે સહજ સાધના કરતાં રહેવાથી જીવરાજભાઈ મુકત થઈ જશે. અને નગરી સ્વર્ગ સમાન થશે.

નોંધ : અવિદ્યા : પ્રાકૃતિક વિદ્યા, ભૌતિક જ્ઞાન,
વિદ્યા : બ્રહ્મ વિદ્યા, આધ્યાત્મિક જ્ઞાન.

આમ જીવ જયારે મન વડે સાધના કરીને પોતાના મૂળસ્વરૂપ આત્માને પામીને સત્યમાં સ્થિર થશે ત્યારબાદ પરમાનંદનની સ્થિતિએ પહોંચવાનો ક્રમ નીચે મુજબ છે.

૧. હૃદયમાં સત્યનું પ્રાગટ્ય થાય છે. અને સત્ય જયારે પરિપકવ થાય છે તેનામાં સતનીતિ આવે છે. આમ સત્ય અને નીતિ સાથે રહેવાથી (જીવનમાં બંનેનું આચરણ કરવાથી) હૃદયમાં ધર્મનું પ્રાગટ્ય થાય છે. ત્યારે તે ખરા રૂપમાં સતધર્મનું પાલન કરીને ધાર્મિક બને છે.

૨. જયારે સત્ય, નીતિ તથા સતધર્મ હૃદયમાં સાથે કાર્ય કરશે ત્યારે સતધર્મ પરિપકવ થાશે ત્યારે તેનામાં દયાનો ગુણ પ્રાગટ્ય થાશે. આમ ધર્મ અને દયા સાથે રહીને કાર્ય કરશે ત્યારે તેનામાં ન્યાયનો ગુણ પ્રાગટ્ય થશે.

૩. આમ સત્ય, નિતી, ધર્મ, દયા વડે ન્યાયનું પાલન થશે ત્યારે ન્યાય પરિપકવ થતાં તેનામાં કરુણા, ક્ષમાનો ગુણ પ્રાગટ્ય થશે. આમ ન્યાય અને કરુણા સાથે આચરણ કરતાં તેના હૃદયમાં સંતોષરૂપી બાળકનો જન્મ થશે.

૪. હવે હૃદય કેન્દ્રમાં સત્ય, નીતિ, ધર્મ, દયા, ન્યાય, કરુણા, ક્ષમા બધાનો નિવાસ હોવાથી સંતોષરૂપી બાળકનું પોષણ સારી રીતે થશે અને સંતોષ પણ પરિપકવ થાશે ત્યારે તૃપ્તિનો ગુણ પ્રાગટ્ય થશે. આમ સંતોષ અને તૃપ્તિના ગુણોનું આચરણ થવાથી સુખરૂપી બાળકનો જન્મ થશે.

૫. હૃદય કેન્દ્રમાં પ્રગટ થયેલા બધાં ગુણો સાથે રહીને સુખરૂપી બાળકનું પાલન પોષણ કરીને પુખ્ત બનાવશે ત્યારે શાશ્વત સુખનો હૃદયમાં અનુભવ થશે. ત્યારે હૃદયમાં શાંતિ સ્થપાશે. આમ કાયમી ધોરણે જયારે હૃદયમાં સુખ

શાંતિ સાથે રહેશે ત્યારે પરમ આનંદરૂપી બાળકનું હૃદય કેન્દ્રમાં પ્રાગટ્ય થશે.

૬. આમ હૃદય કેન્દ્રમાં પરમાત્માના બધાં પરિવારજનો એક સાથે (સત્ય, નીતિ, ધર્મ, દયા, ન્યાય, કરૂણા, ક્ષમા, સંતોષ, તૃપ્તિ, સુખ, શાંતિ) મળીને જયારે આનંદનું પોષણ કરે છે ત્યારે તે આનંદ પરિપકવ થઈને અખંડ આનંદમાં સ્થિતિ કેળવી લેશે. અને પરમાનંદમાં રૂપાંતરિત થઈને પરમહંસનું રૂપ ધારણ કરીને પરમાત્મામાં સમાઈ જઈને કૈવલ્યપદને પામીને પોતાનું કલ્યાણ કરે છે.

પરમાત્મા

પેઢી	પુરુષ	પ્રકૃતિ	સંતાન
૧.	સત્ય	નીતિ	ધર્મ
૨.	ધર્મ	દયા	ન્યાય
૩.	ન્યાય	કરુણા, ક્ષમા	સંતોષ
૪.	સંતોષ	તૃપ્તિ	સુખ
૫.	સુખ	શાંતિ	આનંદ

આનંદ પુખ્ત થતાં પરમાનંદનની છેલ્લી સ્થિતિ પ્રાપ્ત થાય છે.

આમ પ્રથમ પરમાત્મામાંથી(પુરુષ, પ્રકૃતિ વગેરેની)ઉત્પત્તિ, વચ્ચે પુરુષ અને પ્રકૃતિનો ખેલ કે નૃત્ય છે. આખરે પરમાત્મામાં જ લય પામે છે.)

તા. ૨૧-૦૫-૨૦૨૧ બસ એ જ...
ગોંડલ દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ,
જય ભગવાન.

ગંગાસતિની વાણી
(જુગતિની જાણ)

જુગતિ તમે જાણી લેજો પાનબાઈ
મેળવો વચનનો એક તાર
વચન રૂપી દોરમાં સૂરતાને બાંધો
ત્યારે મટે જમડાનો માર... જુગતિ..
ભાઈ રે । જુગતિ જાણ્યા વિના ભકિત નહીં શોભે
મરજાદ લોપાઈ ભલે જાય
ધરમ અનાદીનો જુકિતથી ખેલો
જુકિતથી અલખ તો જણાય... જુગતિ...
ભાઈ રે જુગતિથી ત્રણ સહેજે ગુરુપદ જડે પાનબાઈ
જુગતિથી તાર જોને બંધાય
જુગતિથી ત્રણ ગુણ નડે નહીં
જુગતિ જાણે તો પાર પહોંચી જવાય... જુગતિ...
ભાઈ રે । જુગતિ જાણે તેને અટકાવનાર નવ મળે
તે તો હરિ જેવા બની રેવે સદા
ગંગાસતિ એમ બોલીયાં રે
તેને તો નમે જગતમાં બધાં... જુગતિ...

વાણીનો સાર :

ગુરુ વિના જ્ઞાન નહીં, જ્ઞાન વિના વિજ્ઞાન નહીં.
વિજ્ઞાન વિના જુગતિ નહીં, જુગતિ વિના મુકિત નહીં.

ગંગાસતિ કહે છે કે સાધના કરીને વચન જાગૃત્ત કરો તથા સૂરતાને સાધીને, વચનના દોર સાથે સૂરતાને બાંધવી તો આમ કરવા માટે સાધનાની પહેલી ભૂમિકા પ્રમાણે સાધના કરીને સૂરતા સાધીને, બીજી ભૂમિકાએ સાધના (અજપા જાપ) કરીને શબ્દ (નાદબ્રહ્મ) કે જે પહેલી ભૂમિકાએ નામ જાગૃત્ત થયું તે વચન (શબ્દ) સાથે સૂરતાને જોડી દેવી. જો સૂરતા શબ્દ સાથે ભળીને એક દોર નહીં થાય તો

પરમ પદને પામવાનું કાર્ય અધુરૂ રહેશે. ભકિત શોભાયમાન નહીં થાય. અને આ સાધના કરવા માટે નિંદા, ટીકા થાય તો તેની પરવા કરવી નહીં. પણ સાધનાની જુગતિથી ત્રીજી, ચોથી, પાંચમી અને છઠ્ઠી ભૂમિકાએ પહોંચી જઈને અનાદિના ધર્મને, અલખ કેતા પરમાત્માને જાણી લ્યો. ત્રણ ગુરુપદ એટલે ગુરુ બ્રહ્મા, ગુરુ મહેશ, ગુરુ વિષ્ણુ. આ સાધના કરતાં મનનું રૂપાંતર સૂરતા, બ્રહ્મ, શિવ અને સતલોક સત્યરૂપે કે વિષ્ણુરૂપે અનુભવ થાય છે. અને સાધનાની આ જુગતિથી જ આપણી સૂરતાનો તાર ત્રણેય ગુરુ (મોટી શકિત) સાથે જોડાય છે.

આ સૂરતા શબ્દના યોગની સાધના કરવામાં માયા કે તેના ત્રણ ગુણ રજો, તમો, સત્વનો વિક્ષેપ આવે નહીં. તો આ સૂરતા શબ્દના યોગની પદ્ધતિથી સાધના કરે તેને જગતમાં કોઈ અટકાવી ન શકે. કાળ કે માયા પણ નડે નહીં ને આખરે હરિ જેવા એટલે કે આત્મા સ્વરૂપે રહે સદાય. (પણ એ જીવતાને જાણે નહીં અને મુઆને મથે તો કેમ કરીને પતે)

ગંગાસતિ કહે છે કે આવા જુકતિથી પરમપદને પહોંચેલાને જગતમાં બધા નમતા હોય છે.

ગંગાસતિની વાણી
(વચનની શકિત)

સાનમાં સાન એક ગુરુજીની કહું પાનબાઈ
જેવી ઉપજે આનંદના ઓઘ રે,
સિધ્ધ અનુભવ જેના ઉરમાં પ્રગટે
તેને મટી જાય માયા કેરો ક્ષોભ... સાનમાં...
ભાઈ રે । ચૌદ લોકથી વચન છે ન્યારું પાનબાઈ
તમે તેની કરી લીયો ઓળખાણ
જથારથ બોધ વચનનો જોતા પાનબાઈ
મટી જાય મનની તાણા વાણ... સાનમાં...
ભાઈ રે । વચન થકી ચૌદ લોક રચાણા
વચન થકી ચંદા ને સૂર

વચન થકી માયા ને મેદની પાનબાઈ
વચન થકી વચ્ચે સાચા નૂર... સાનમાં...
વચન જાણ્યું તેણે સર્વ જાણ્યું પાનબાઈ
તેને કરવું પડે નહીં બીજું કાંઈ
ગંગા રે સતિ એમ બોલિયાં રે
તેને નડે નહીં માયા કેરી છાંય... સાનમાં...

વાણીનો ટૂંકસાર :

ગંગાસતિ પાનબાઈને નામ તથા વચનનો મહિમા સમજાવતાં કહે છે કે તમારી અંદર જે ધ્વનાત્મક નાદ ગાજી વાજી રહયો છે તેને નાદબ્રહ્મ કે સતનામ અથવા અનાહતનાદ કહેવાય છે. આમ અંતરનાદ તરફ ઈશારો કરીને કહ્યું છે કે જે નાદ સંભળાય છે તેને નામ કહેવાય અને એ નાદ સૂરતા વડે સાંભળવાથી ખૂબ જ આનંદ આવે છે. અને જગતના દુઃખ ભૂલાય જાય છે. સાધનાની પહેલી ભૂમિકામાંથી પસાર થાય છે ત્યારે અનુભવાય છે.

એ નામને સોહં અથવા હંસો પણ કહેવાય એમ જ્ઞાને કરીને સમજાવે છે કે મન જયારે પ્રાણ-અપાન (શ્વાસોશ્વાસ) સાથે નામનો જાપ કરે છે ત્યારે આનંદ વર્તાય છે. અને જયારે જાપ કરતાં કરતાં નામ જાગૃત્ત થાય છે અને સૂરતાથી અજપા જાપ કરીને નામને સિધ્ધ કરે છે ત્યારે માયાનો ક્ષોભ કેતા દેહાધ્યાસ છૂટી જાય છે. (કાયા એ જ માયા છે) અને પોતે સબળ બ્રહ્મની સ્થિતિને પામે છે. આમ નામનો મહિમા સાનથી સમજાવ્યો.

હવે વચન વિશે સમજાવતાં કહે છે કે ચૌદલોકથી વચન ન્યારું છે. તો એ ચૌદલોક કોને કહેવાય ?

૪ - (અંતઃકરણમાં) મન, બુધ્ધિ, ચિત્ત, અહંકાર
૫ - જ્ઞાનેન્દ્રિયો : આંખ, કાન, નાક, જીભ, ચામડી
૪ - કર્મેન્દ્રિયો : હાથ, પગ, શિષ્ન, ગુદા
૧ - પ્રાણો

આમ આપણાં શરીરમાં ૧૪ વિભાગ આવેલા છે. તે ચૌદલોકથી વચન ન્યારું છે. પણ ચૌદે લોક વચનનાં આધારે ટકી રહેલ. કારણ કે આપણાં

શરીરના બધાં તંત્રો પ્રાણથી ચાલે છે અને પ્રાણ વચનના આધારે ચાલી રહ્યો છે. વચન કેતા પ્રણવ અથવા ઓહંગ કે જેની શકિત અપાનને અંદર ખેંચે છે અને પ્રાણને બહાર કાઢે છે. કે જેનું સ્થાન આપણાં શરીરમાં આંતરિક કુંભક છે. તેને અનાહત કેન્દ્ર પણ કહે છે.

પ્રાણનું હૃદય કેન્દ્ર પણ કહેવાય છે. સૂરતા શબ્દના યોગથી ત્રીજી ભૂમિકા દરમ્યાન અનાયાસે કુંડલીની શકિત કેતા વચન જાગૃત્ત થાશે ત્યારે તેની ઓળખાણ થઈ કહેવાય. અને જયારે આજ્ઞાચક્ર પાસે સબળ બ્રહ્મરૂપે થયેલા મનનો મિલાપ તે શકિત સાથે થશે ત્યારે જથારથ જેમ છે તેમ અપરોક્ષરૂપે જ્ઞાન થશે. ત્યારે મનના સંકલ્પ-વિકલ્પો વગેરે તાણ-વાણ મટી જશે.

વચન વિશે વધું સમજાવતા કહે છે કે આખી સૃષ્ટિની રચના પણ મૂળ વચન થકી થઈ છે. તે કેન્દ્રને સમષ્ટિનું કેન્દ્ર કહે છે. કે જયાંથી સતત સ્પંદનો નિકળ્યાં જ કરે છે. તે શકિતના આધારે સૃષ્ટિ ટકી રહી છે. અથવા તો એ શકિતથી આખી સૃષ્ટિ સંચાલીત થઈ રહી છે. આધુનિક ખગોળ શાસ્ત્રીઓ કે વૈજ્ઞાનિકો પણ તે તરફ સંશોધન કરી રહયાં છે.

ગંગાસતિ પાનબાઈને સમજાવતા કહે છે કે....

વચનથી જ ચૌદ લોક પીંડરૂપી શરીરમાં બન્યાં છે. અને પીંડે સો બ્રહ્માંડે એટલે કે જેમ પીંડની રચના વ્યષ્ટી રૂપે થઈ તેમ સમષ્ટી રૂપે બ્રહ્માંડની પણ થઈ. વચન થકી ચંદાને સૂર એટલે કે વચનના આધારે સૂર્યનાડી અને ચંદ્રનાડી (જેને ઈગંળા અને પિંગળા નાડી પણ કહેવાય) ચાલે છે. કે જેથી શ્વાસોચ્છવાસ ચાલી રહયાં છે.

વચન થકી માયા કે'તા કાયા અને મેદની કેતા તેમાં આવેલ હાડકાં-માંસ-મજજા-લોહી, પાંચ પ્રાણ, પાંચ ઉપપ્રાણ, મળ, મુત્ર, કફ, પિત્ત વગેરે વગેરે તથા સુક્ષ્મ તત્ત્વો જેવા કે મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, અહંકાર અને માયાનો પરિવાર જેવા કે કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ ત્રણ ગુણ, પાંચ વૃત્તિઓ, પાંચ કલેશો વગેરે વગેરે આ બધાંને માયાની મેદની તરીકે ગંગાસતિએ ઓળખાવ્યાં છે. આ બધાં સાથે ચેતના કેતા નૂર આખા શરીરમાં વ્યાપક રીતે છે તે પણ વચન થકી જ છે. માટે વચનનો મહિમા સમજાવતા કહે છે કે સર્વોત્તમ એવું વચન જે આપણી અંદર છે. તેને યોગની ત્રીજી ભૂમિકાની આખરે જયારે વચનનો બોધ થયાં પછી

તેના પ્રયાસોનો અંત આવી જાય છે. માટે ગંગાસતિએ કહયું છે કે તેને કરવું પડે નહીં બીજું કાંઈ. ત્યાર પછીનું કાર્ય વચન કેતા કુંડલીની શકિતથી થયાં કરે છે. અને તેને માયાનો કે કાળનો કોઈ વિક્ષેપ નડતો નથી. જેમ સૂર્ય પાસે અંધારુ ન જઈ શકે તેમ વચન પાસે માયા ન જઈ શકે.

પાનબાઈની અનુભવ વાણી
(ઉલ્લાસ)

ઉલટ સમાવ્યો સૂલટમાં ને, સૂરતા ગઈ શૂન માય રે
ભાળી સ્વામિની ભોમકાને, હરિ જોયા અખંડ મીન માય રે
ભાઈ રે આવરણ ઉપાધિ મટી ગઈ ને, હવે થયો છે આનંદ રે
બ્રહ્મ ભાળ્યાં એક તારમાં ને, ત્યારે તૂટયો પ્રપંચનો ફંદ રે
ભાઈ રે । અવિનાશી મે અખંડ જોયા ને, જ્યાં નામરૂપનો નાશ રે
સચ્ચિદાનંદ પૂરણ સદા સ્વામિને, તેને જોઈને થયો ઉલ્લાસ રે
ભાઈ રે । અવાચ્ય પદ અખંડ અનામીને, તેને જોઈને થયો ઉલ્લાસ
ગંગાસતિ પ્રતાપે પાનબાઈ બોલ્યાં ને, કીધો મૂળ અવિદ્યાનો નાશ રે

વાણીનો સાર :

ગંગાસતિએ પાનબાઈને જીવનમુકત થવાનો જે બોધ આપ્યો હતો તે પ્રમાણે જુકિત - મુકિતના વિજ્ઞાન પ્રમાણે અભ્યાસ કરતાં કરતાં જયારે પાંચમી ભૂમિકાએ તેની સૂરતા કુટસ્થ બ્રહ્મમાં (પ્રણવનાદ-મૂળશબ્દ-વચન) કે જયાં કાળ કે માયા કાંઈ નથી તે સ્થિતિને સૂરતા શૂનમાં સમાણી કહેવાય. તે અભ્યાસ દરમ્યાન બંને પ્રાણ તથા અપાન સાહજીક રીતે સમાન, સમતોલ અને સરખા સમયાંતરે ચાલતાં ચાલતા સહજ સૂક્ષ્મણાના રસ્તા પર ચાલવા લાગે છે. ત્યારે બંને પ્રાણ ભેગા થઈને એક સાથે ચાલવા લાગે છે. તેને ઉલટ સમાવ્યો સૂલટમાં કહેવાય. એ શૂન્ય દશામાં ત્રીજું નેત્ર બ્રહ્મરંધ્ર ખુલી જતાં જયાં સદાશિવ બિરાજમાન છે તે સહસ્ત્રદળ કે જેને પાનબાઈએ સ્વામીની ભોમકા કહી છે તે સ્થાન અને તે સ્થાને બિરાજમાન પરિબ્રહ્મ પરમાત્માના દર્શન કર્યા. આ સ્થિતિ પહોંચતા આવરણ ઉપાધી કેતા અહંકાર અને સંચિત કર્મોના

બીજરૂપ ઉપાધિનો નાશ થયો.અને હૃદયમાં આનંદ વર્તાણો.

જયારે બ્રહ્મને ભાળ્યાં એકતારમાં એટલે કે સૂરતા બ્રહ્મમાં ભળીને બ્રહ્મ સાથે એકરૂપ બ્રહ્માકાર થઈ ત્યારે પ્રપંચ કેતા પાંચ તત્વો, પાંચ વિષયો, પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો, પાંચ કર્મેન્દ્રિયો, પાંચ પ્રાણ, પાંચ ઉપપ્રાણ એવી રીતે સુક્ષ્મ દેહ અંતઃકરણમાં પાંચ જીવ અહંકાર, ચિત્ત, બુધ્ધિ, મન તથા પાંચ ચિત્તવૃત્તિઓ પાંચ મનના કલેશો વગરે પ્રપંચની જાળ તુટી ગઈ ને સત્ત ચિત્ત આનંદ નામ રૂપ માંથી જયારે પરમાત્માને અખંડ રૂપે જોયાં ત્યારે નામ રૂપનો પણ નાશ થયો અને સચ્ચિદાનંદ પૂર્ણ સ્વામીના દર્શન કરીને હૃદયમાં ઉલ્લાસ થયો.

મન, બુધ્ધિ કે વાણીમાં ન આવે એવું અવાચ્ય રૂપ કે પદમાં રહેલ અખંડ, અનામીનો અપરોક્ષ રીતે સાક્ષાત્કાર થયો એટલે કે અંતરઘટમાં અનુભવ થયો ત્યારે મૂળ અવિદ્યા કેતા મહામાયાનો નાશ થયો અને જન્મ મરણનાં ચક્રમાંથી મુકિત મેળવીને અવિનાશી પદને કે નિર્વાણપદને પામ્યાં.

રવિસાહેબની અનુભવ વાણી

મન માંહી નિજ તત્ત્વ હે, દેખે કોઈ પૂરા
તા થૈ તા થૈ હોઈ રહયાં, બાઝ અનહદ તુરાં...૧
મૂળ મંત્ર આરાધિએ શિવ-શકિત કા મેળા
જીવ બ્રહ્મ ન્યારા નહીં, મન-પવન હુવા ભેળા.....ર
મન પવન ભેળા હુવા, બ્રહ્મ સાગરે માહીં
બાજા બાજે ગેબ કા, પણ દિસત નાહીં......૩
પ્રેમ દોર કોઈ ચઢ ચલે, ગુરુ શબ્દ નિંઘાણી
રૂપ રેખા ઉન ઘર નાહીં, નાહીં વેદ અરુ વાણી...૪
જપ તપ તિરથ ત્યાં નાહીં, નહીં સેવા ને પૂજા
એક અકેલા રામ હૈ, અવર દેવ ન દૂજા........૫
ચાંદ નાહીં સૂરજ નાહીં, નહીં ધૂપ નહીં છાયા
પવન નહિં પાણી નહીં, નહીં કાયા ને માયા.....૬
ધરણ નહી આકાશ નહીં, નહીં દિવસને રાતી

અલખ પુરૂષ પ્રકાશિયા, નહીં દિવો ને બાતિ.....૭
ઐસા કોન જોગેશ્વરા, વાકા રૂપ લખાવે
બાજા બાજે ગેબકા, ત્યાં જઈ સૂરતા લગાવે......૮
આ કથા કહાનિ રામકી, કથની સે ન્યારી
આપે આપ ઉપજ્યાં, આપસે એસી જુગત સમારી..૯
માપ થાપ કછુએ નાહીં, ઐસા તોલ અતોલ
રવિદાસ ભાણ પ્રતાપે, વસ્તુ પ્રગટ બોલા.......૧૦

વાણીનો ટૂંકસાર :

નિજ તત્ત્વ કેતા આત્મા પોતાના મનમાં જ રહેલ છે. તેને તો કોઈ સૂરતા શબ્દનો પૂરો અભ્યાસ કરે તો તું હી - તું હી રૂપે જે અનાહતનાદ ચાલી રહ્યો છે તે શબ્દમાં સૂરતા સમાઈ જઈને મનનું રૂપાંતર બ્રહ્મ કેતા આત્મામાં થાય છે. કોઈ વિરલાઓ જ એવો પૂરો અભ્યાસ કરીને પૂર્ણ પંથને પામે છે અને પૂર્ણરૂપ બને છે.

હવે સાધના કે આરાધનાની રીત સમજાવતાં કહે છે કે મૂળ મંત્ર કેતા ધ્રુનાત્મક નામ અથવા અનાહતનાદ માટેની આરાધના કે ધ્યાનનું કેન્દ્ર ત્યાં બનાવવું કે જ્યાં અપાન અને પ્રાણ કુંભકના સ્થાને મળે છે. (શ્વાસ શિવ છે અને ઉચ્છવાસ શકિત છે) જયારે મન, પવન કેતા પ્રાણની સાથે જોડાઈને જાપ કરતું હોય છે ત્યારે કુંભકના સ્થાને મન અપાન સાથે દાખલ થશે કે જે સ્થાનમાં નાદ ગુંજી રહયો છે. આમ મન, પવન અને બ્રહ્મ એકજ સ્થાનમાં ભેળા થાય છે ત્યારે જીવ બ્રહ્મરૂપે બને છે. જુદાં નથી હોતા જીવ કે'તા મન અને નાદ કે'તા બ્રહ્મ બંને તે સ્થાને મળે છે. આમ જયારે મન, પવન, બ્રહ્મસાગરમાં મળે છે ત્યાં આકાશી અવાજ, રણુકાર (કે જેને અનાહતનાદ પણ કહે છે) ઝાંઝરી, ઝાલરી, ઘંટડી, મોરલી વગેરે વગેરે જાતના વાજીંત્રો જેવા નાદ વાગતા હોય છે.

તે સૂરતાથી સંભળાય છે પણ દેખાતા નથી. જો કોઈ સાધક મુમુક્ષુ ભાવે (પ્રેમથી) નૂરતા-સૂરતાના વિજ્ઞાન વડે એટલે કે સૂરતા શબ્દની સાથે નૂરતા કેતા પ્રકાશના માર્ગે આગળ વધીને જ્યાં ગુરુ શબ્દ કેતાં વચન-પ્રણવનાદ સંભળાવા લાગે તો આત્મા સ્વરૂપને પામ્યાની તે નિશાની છે.

તે એવી શૂન્ય સ્થિતિમાં છે કે જ્યાં રૂપ કે આકાર કે વિચારવાણી, જપ

તિરથ, સેવા પૂજા વગેરે બધાથી અતિત જેમ કે શબ્દાતિત, ભાવાતિત, ગુણાતિત, જ્ઞાનાતિત, તુરિયાતિત એક પોતે પોતાના આત્મા નિર્ગુણ, નિરાકાર સિવાય બીજા કોઈ દેવી-દેવતા પણ નથી. ત્યાં નથી ધરતી કે આકાશ, ચાંદો કે સૂરજ, દિવસ કે રાત્રિ, કે નથી ત્યાં કાળ કે માયા ત્યાં એક પરિબ્રહ્મ પરમાત્માનો પ્રકાશ કે જે વગર દિવા અને વગર વાટે ઝળહળી રહ્યો હતો તે અનુભવાયો.

એવો કોણ યોગી, સાધક કે ત્યાંનું વર્ણન કરે કે જ્યાં આસમાની અવાજ ગાજી વાજી રહયો છે ત્યાં પહોંચીને સૂરતાને શબ્દમાં સ્થિર કરે. આ કથા કહેતા વર્ણન રામની કહેતા નામ, વચનની વાતો વાણીથી કે લખાણથી કહી શકાય એમ નથી. ચાર વેદોથી પણ પર પંચમ વેદની વાતો છે. એટલે કે પોતામાંથી જ પોતે વાણીરૂપે બનીને પરાવાણી રૂપે નિકળી ત્યારે જે બોલે છે તે બીજો નથી પણ છે પરમેશ્વર પોતે. એવી જુકિત તેમાં રહેલી છે. રવિસાહેબ કહે છે કે ગુરુની કૃપાએ કરીને તે વાતો પ્રગટ થઈ.

કબીર સાહેબની વાણી

તું મદનસે જા ચલી, તુજે રોકને વાલા નહિં કોઈ
કિડીબાઈ ચાલ્યાં સાસરે, નવ મણ કાજલ સાથ
હસ્થી લીયા ગોદમેં ને ઊંટિયા લીયા લટકાઈ........૧
પહેલા જનમ્યાં છોટા બાળ, પીછે હુઆ બડેરા ભાઈ
ધામધૂમ સે બાવા જનમ્યાં, પીછે જન્મી તેની માય.....૨
પહેલા સદ્ગુરુને દૂધ જમાયા, પીછે દોહી ગાય
બછડા માંકે પેટમેં, માખન હાટ બેચાય...........૩
ઈંડા હતા તબ બોલતાતાં, બચ્ચા બોલત નાય
સારે સંસાર ઢુંઢત ફીરો, આ ગોરખ કી ગમ નાય.....૪
હીરા કંચન હરિ નામ હૈ, બાકી સબ કાય કથીર
રામાનંદ કા બાલકા એમ બોલ્યાં દાસ કબીર....૫

વાણીનો ટૂંકસાર :

કબીર સાહેબ સાધનમાં આગળ વધવા માટે મનને સમજાવતા કહે છ કે સૌ પ્રથમ તું સૂરતાને સાધી લે અને પછી સાધનામાં આગળ વધીશ તો તને કે તારી સૂરતાને કોઈ આગળ વધવામાં રોકી નહીં શકે.અને તું મદન સે એટલે કે સરળતાથી ચાલી શકીશ.

આમ, સૂરતા સાધવાનો ક્રમ સમજાવતાં કહે છે કે સૌ પ્રથમ મનને સત્સંગની ખૂબ જ જરૂર પડે. (સત્સંગ વગર મન સુધરે નહીં, ચાહે કોટી કરો ઉપાય) સત્સંગ સમાગમથી આત્મા, પરમાત્મારૂપી ધણીની જાણકારી મળે તેથી આગળ વાણીમાં કબીર સાહેબ સત્સંગને સાસરિયાની અને મનની માયાવીવૃત્તિને કીડીબાઈની ઉપમા આપેલ છે.

શરૂઆતમાં મનમાં તો પાંચ ઈન્દ્રિયોના વિષયો તથા અંતઃકરણની ચાર વૃત્તિઓને નવ મણ કાજલ કે'તા કાળુ અજ્ઞાન ભરેલી સ્થિતિ હતી. અને તેમાંય પાછો સત્સંગમાં, હસ્તી કે'તા મનને આગળ ખોળામાં અને ઉંટિયા કે'તા અહંકારને ઊંચે ખંભે રાખેલ. શરૂઆતમાં આવી સ્થિતિવાળું મન પણ જો સદ્‌ગુરુનો સત્સંગ સાંભળીને મનન વિચાર કરે તો પહેલાં જનમ્યાં છોટા બાળ કહેતાં આત્મા વિશેનું થોડું જ્ઞાન થયું.

અને તેથી શુભેચ્છાથી આગળ વધતાં બડેરાભાઈ કે'તા સત-અસતના વિવેકરૂપી બડેરાભાઈનો જન્મ થયો. આમ મનમાં જ્ઞાન, બુદ્ધિમાં વિવેક સાથે સત્સંગ સાંભળતા સાંભળતા ચિત્તમાં બધાને ખબર પડે તેમ ધામધૂમથી વૈરાગ્યરૂપી બાવાનો જન્મ થયો. આમ મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત અનુક્રમે જ્ઞાન, વિવેક, વૈરાગ્યવાળાં થયાં. ત્યારે હૃદયમાં ભક્તિભાવરૂપી માતાનો જન્મ થયો એટલે કે સાધના કરવાની યોગ્યતા આવી. ત્યારે સૌ પ્રથમ સૂરતાને સાધવા માટે સદ્‌ગુરુએ દૂધ જમાયા કે'તા ગુરુમંત્રરૂપી મેળવણ (છ શબ્દો) દૂધરૂપી અંતઃકરણ કે'તા કેળવાયેલા મનને બોધ આપ્યો.

ત્યારબાદ સાધના કેમ કરવી તેની રીત સમજાવતાં કહ્યું કે પીછે દોહી ગાય. એટલે કે ગાયનું દોહન જેમ આંચળથી થાય છે તેમ બે શ્વાસા વડે મન, પવનની માળાનો જાપ કરવાની રીત બતાવી. આમ શ્રદ્ધા અને પ્રેમથી ગુરુએ બતાવેલી રીત પ્રમાણે નિયમિત સાધના કરતાં કરતાં અનાહતનાદ સંભળાવા લાગ્યો. એટલે કે નામ જાગૃત્ત થયું ત્યારે સાંભળવાની વૃત્તિ બહીર્મુખી હતી તે અંતરમુખી થઈ તેને

સૂરતા સધાણી કહેવાય. આમ સૂરતા વડે સાધના કરતાં કરતાં બુધ્ધિમાં પ્રકાશ થયો. પ્રજ્ઞાવાન થઈ તેથી બછડા માંકે પેટ મેં ને માખનહાર વેચાય એટલે કે અનાહતનાદ અંદર પ્રગટ થયો હોય અને જ્ઞાનની વાતો મુખેથી થતી હોય છે. બીજી રીતે સમજીએ તો જયારે સૂરતા શબ્દ વડે સાધના કરતાં ત્રીજી ભૂમિકાએ પહોંચીએ ત્યારે પરાવાણી કેતા પ્રણવનાદનું રૂપાંતર પશ્યંતિ મધ્યમા અને છેલ્લે વૈખરી રૂપે ભાષાકીય શબ્દોમાં થાય છે તેને વેદવાણી પણ કહે છે.

આવી વાતો જયારે સંતના મુખેથી નિકળતી હોય ત્યારે તેને આત્મા-પરમાત્માનું માખણ જેવું જ્ઞાન કહેવાય. તેને તાવીને કેતા યથાર્થ રીતે સમજીએ ને જીવનમાં ઉતારવામાં આવે તો પૂર્ણ પૂરુષોત્તમરૂપી ઘીનો ફાયદો થાય અને પુષ્ટિ મળે. સાધક જયારે ઈંડા સ્વરૂપે સેવાતો હતો ત્યારે પ્રશ્ન પૂછતો હતો અને અંદર અનાહતનાદ ચાલતા હતાં. પણ જયારે આત્મારૂપે કાળ અને માયાથી પર થઈને પાંચમી ભૂમિકાએ પહોંચ્યો ત્યારે અનાહતનાદ બંધ થઈ ગયા.

માત્ર પ્રણવ, આસમાની મૌન કેતા ખાલી જીણી મોરલી, રણુકાર, શૂનકાર સ્થિતિએ પહોંચી જાય છે. ત્યારે વાણી વિરમી જાય છે. એટલે કે બચ્ચા બોલત નાહીં. જગત દ્રષ્ટિએ જે જીવી રહ્યાં છે તે સંસારી જીવોને તપાસશો તો આ જ્ઞાનની ગતાગમ નહીં પડે. એટલે ગોરખ કી ગમ નાહીં.

છેલ્લે નામા ચરણમાં કહે છે કે...

હીરા-કંચન હરિ નામ હે, બાકી સબ કાચ કથીર

હીરા કેતા વચન અને કંચન કેતા સતનામ

પ્રણવનાદ એ શિવ શકિતરૂપે અમર છે. બાકી નામરૂપે જે જગત દર્શાય છે તે કાચના ટૂકડા કે કથીરની જેમ નાશવંત છે. એમ કબીરસાહેબનું કહેવાનું થાય છે.

ધીરા ભગતની વાણી

પહોર આઠ જાપ જપો, જગત જાણો જાપમાં
સોહંગ શબ્દે સાંકળો, તો અલખ બોલે આપમાં
જાણે જગતમાં જીતી બેઠાં, ઉંદર બેઠાં કાપમાં
સગા સંબંધીમાં કાંઈ ન વળ્યું, બંધન તૂટયાં નહીં મા-બાપનાં.

મનમાં જોઈ માહીં તપાસો, તો માલ ન આવે માપમાં
દેખો દુનિયા ઉપર જાવે, આ સોનાના સંતાપમાં
ગંગા, જમના ને સરસ્વતી નદી, એની સ્થાપો સ્થાપના
સંગમ ત્રિવેણીમાં નાહી લ્યો કોઈ, આ ગંગાજી ઘાટમાં
સોહંગ શબ્દે સૂરતાને સાંધો, તો જાણો એના જવાબમાં
દાસ ધીરો કહે દેહમાં, દર્શન આ ગુરુજીના પ્રતાપમાં

વાણીનો ટૂંકસાર :

ધીરા ભગતને અનુભવ થયા પછી કહે છે કે આખા જગતમાં જયાં જયાં પ્રાણ છે (જીવન છે) ત્યાં બધાં શ્વાસોચ્છવાસની ક્રિયા કરે છે. અને તેમાં શ્વાસ લેતી વખતે હં અક્ષર તથા શ્વાસ બહાર કાઢતી વખતે સઃ અક્ષરનો જાપ આઠે પ્રહર સહજ રીતે ચાલે જ છે. તો હંસો મંત્ર ઈશ્વરે આપેલ છે.

પણ જો શ્વાસ અને ઉચ્છવાસ વચ્ચે જે કુંભક સ્થાન છે ત્યાં શ્વાસમાં અપાન વાયુ પુરો દાખલ થઈ જાય અને પ્રાણવાયુ ઉચ્છવાસ વાટે બહાર નિકળવાની શરૂઆત ન થઈ હોય તે બંને વચ્ચેના સમયગાળામાં કુંભકના સ્થાને ધ્યાન ધરવામાં આવે તો અનાહતનાદ (વગર કાને) આંતરિક શ્રવણશકિત કે જેને સૂરતા કહે છે તે સૂરતા વડે લખી ન શકાય તેવો અલખ ધુનાત્મક શબ્દ અંતર ઘટમાં સાંભળી શકાય છે. તે નાદને નામ કહેવામાં આવે છે. અને સોહંગ પણ કહેવામાં આવે છે. સોહંગ શબ્દ સૂરતાથી સંભળાવા લાગે તે ઘટનાને સૂરતાથી સોહંગ શબ્દને સાંકળ્યો કહેવાય. તે લખી નથી શકાતો પણ સાંભળી શકાય છે.

તેથી અલખ નાદબ્રહ્મ બોલે છે કે ઈશ્વર પોતે બોલે છે. અને સૂરતા સાંભળે છે. તો એ સૂરતા વડે શબ્દ સાંભળવા માટે કેવા પ્રયત્નો કરવા જોઈએ તે વિશે આગળ કહે છે કે જગત દષ્ટિએ જીવતા જીવો એવું માનતા હોય છે કે અમે જગતમાં બધું કરી લીધું. જેમ કે માતા-પિતા, પત્નિ, પુત્ર, સંપતિ, માલ, મિલકત, પદ, પ્રતિષ્ઠા વગેરે વગેરે.

અને જાણે કે અમે જગતમાં જીત મેળવી લીધી પણ એ તો બધાં દેહના અને દેહના સંબંધીઓના ભૌતિક સુખ મર્યાદિત સમય માટે છે. પણ ઉંદર જેમ વસ્તુને ધીમે ધીમે કોતરીને કાપી નાખે છે તેમ આયુષ્ય પુરું થવા આવ્યું ત્યારે સગા-સંબંધીઓ કે ડોકટર ધન-દોલતમાંથી કોઈ તેને બચાવી ન શકયાં અને જન્મ

મરણના ચક્રમાંથી છૂટી ન શકયાં અને આ દેહ છોડીને બીજા મા-બાપને ઘરે જન્મ લેવો પડયો. આમ જન્મો-જન્મના બંધનમાંથી છૂટયાં નહીં.

પણ જે કોઈ જગત દ્દષ્ટિને બદલે પરમ દ્દષ્ટિએ જીવવા (આધ્યાત્મિક રીતે) માટે સાધના કરીને મનનું રૂપાંતર કરતાં કરતાં છેક પાંચમી છઠ્ઠી ભૂમિકાએ પહોંચ્યા તો અખૂટ ખજાનો મળી ગયો. કે જેથી કાયમના શાશ્વત સુખ શાંતિ તથા આનંદની સ્થિતિને પામીને અજર-અમર થઈ ગયાં. આવો માપમાં ન આવે એવો અમાપ-અખૂટ ખજાનો મનમાં અંદર ભરેલો છે. તેના તરફ ધ્યાન ન દેતા જગતનાં બહારના વિષયો, પદાર્થોના બંધનોમાં પડીને સંતાપ કે'તા દુઃખ વહોરી લે છે અને હેરાન પરેશાન થાય છે.

તો મનમાં અંદર ઊતરવા માટેની સાધના કેમ કરવી તે સમજાવતાં કહે છે કે ગંગા, જમના અને સરસ્વતિની સ્થાપના કરવી એટલે (ઈંગળા, પીંગળા અને સુખમણા). સાધનાની પ્રથમ ભૂમિકા એ છ શબ્દોનો જાપ મન-પવનની માળા વડે અભ્યાસ કરતાં બંને પ્રાણ સમાન, સમતોલ થઈને સુખમણા નાડીમાં ચાલવા લાગે તે સ્થિતિને ગંગા, જમના અને સરસ્વતીની સ્થાપના થઈ ગઈ કહેવાય. અને આગળ વધતાં ત્રીજી ભૂમિકાએ જયારે આજ્ઞાચક્ર પાસે સંગમ થાશે ત્યારે સૂરતા શબ્દને લઈને નૂરતાના માર્ગે ચાલીને આજ્ઞા ચક્ર પાસે પહોંચે છે.

મન કહેતા સૂરતા-પવન કહેતા પ્રાણ અને બ્રહ્મ કહેતા શબ્દ(નાદ)અને કુંડલીની શકિત પ્રાણરૂપે વાયુમાં રૂપાંતર થઈને સુખમણાંના માર્ગે થઈને આજ્ઞાચક્ર પાસે પહોંચે છે. ત્યારે ત્યાં મન, બ્રહ્મ અને પવન ત્રણેયનું મિલન થાય છે. એટલે કે ત્રિવેણી સંગમ થાય છે. ત્યારે તેના પરિણામરૂપે સદ્‌બુધ્ધિનું કેન્દ્ર ખુલી જાય છે. ત્યાંથી જ્ઞાનરૂપી ગંગાની ધારાઓ વહેવા લાગે છે તેથી કરીને પાંચેય જ્ઞાનેન્દ્રિયો તથા મનબુધ્ધિ, ચિત્ત, અહંકાર વગેરે જ્ઞાનગંગા (આત્મજ્ઞાન)માં નાહીને પવિત્ર, શુધ્ધ બને છે. તો તે ગંગાને ઘાટે નાહ્યા કહેવાય.

તેથી બધી અજ્ઞાનતાનો નાશ થાય અને બધાં પાપ ધોવાય જાય છે. એમ સતશાસ્ત્રોનું પણ કહેવાનું છે. આવી રીતે સાધક જયારે નાદબ્રહ્મ કે સોહંગ શબ્દ સાથે સૂરતાને (સૂરતા શબ્દના યોગથી) સાધે એટલે કે સૂરતા શબ્દમાં સમાયને એક રૂપે બ્રહ્માકાર બને ત્યારે એના પરિણામરૂપે આ દેહમાં જ આત્મદર્શન થાય છે અને આખરે આત્મા સ્વરૂપે બનીને પોતાનું કલ્યાણ કરે છે.

સંત સૂરદાસની વાણી

ઊગિયા સૂરજ ભાણ ને ખંડમાં હુઆ જાણ
પૂરણ રામ મૂળ રામ ધ્યાન ધાવે ...ટેક
અગમને ઉકેલવા માનવી મથે ઘણું
અલખને આરાધવા કષ્ટ પામે ...ઊગિયા
પુરણ પંથ પામવા પ્રવાસી ભમે ઘણું
અજબ રૂચી રાખીને ગગન ગામે ...ઊગિયા
લખ્યાથી લખાય નહી અલખ બ્રહ એવડો
નેતિ-નેતિ કહી દેદ વચન પામે ...ઊગિયા
નજરથી ન્યારો હરી, બહાર છે બુદ્ધિ થકી
શામળો રહે છે શૂન્ય ધામે ...ઊગિયા
નિરગુણ રૂપ નાથનું, સગુણ ભકતોની સામે
અનેકને ઓધાર્યા એ સગુણ શ્યામે ...ઊગિયા
સૂરના સ્વામિને વાર નહીં પ્રગટ થતાં
જો પ્રેમના પૂર જબ્બર જામે ...ઊગિયા

વાણીનો ટૂંકસાર :

સંત સૂરદાસ કહે છે કે જેમ સૂર્ય ઉગે છે ત્યારે વિશ્વમાં બધે અજવાળાં થઈ જાય છે અને અંધારાનો નાશ થઈ જાય છે તેમ જયારે સૂર્યને પણ પ્રકાશ આપનાર સૂર્યનો પણ સૂર્ય કેતા ભાણ અથવા પરમ આત્મા જયારે ઘટમાં પ્રગટ થાય છે ત્યારે પૂર્ણ પુરુષ પરમાત્મા મૂળ રામરૂપે ધ્યાનમાં અનુભવાય છે. અને નવે ખંડ કે'તા અંતઃકરણના ચાર વિભાગ મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, અહંકાર તથા પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો. આમ નવે ખંડમાં બધે જ્ઞાન પ્રકાશ થઈ જાય છે. અને હજારો વર્ષના અજ્ઞાનરૂપી અંધકારનો નાશ થાય છે.

આ અગમને ઉકેલવા માનવી મથે ઘણું એટલે કે આ અગમ કેતા જ્ઞાનરૂપી દિવ્ય પ્રકાશને પામવા માટે મનુષ્યો ખૂબ જ મથામણ કેતા પ્રયત્નો કરે છે. અને જે વાણીમાં આવી શકતો નથી એટલે કે વાણીથી વર્ણન થઈ શકતું નથી કે લખી

પણ શકતો નથી એવા અલખ પુરુષની આરાધના માટે ખૂબ વ્રત, જપ, ત્યાગ, દાન, અનુષ્ઠાન વગેરે વગેરે ખૂબ જ કષ્ટદાયક પ્રયત્નો પણ કરે છે.

આ પૂર્ણ પુરુષને પામવા માટેનો જે સુખમણાનો પૂર્ણ માર્ગ છે તે માર્ગે ચાલીને પોતાનું કલ્યાણ કરવા માટે પ્રવાસી કેતા જીવ જન્મો જનમથી ભમતો રહે છે પણ સદ્‌ગુરુના જ્ઞાન સિવાય એ માર્ગથી અજાણ રહે છે. અને અનેક જાતની સાધનાઓ કરીને ચમત્કારિક શકિતઓને પામીને આકાશ ઊઠવા લાગે, પાણી ઉપર ચાલી શકે, દૂર વાણી સાંભળી શકે, અગ્નિ પ્રગટાવી શકે વગેરે વગેરે આવી કષ્ટદાયક સિદ્ધિઓને પણ પામી જાય છે. છતાં પણ પોતાના મૂળ સ્વરૂપ એવા આત્માથી વંચિત રહે છે.

મૂળ બ્રહ્મ કે જે નાદરૂપે દરેકની અંદર ગાજી વાજી રહ્યો છે તે નાદ ધુનાત્મક હોય છે. તે ધુન સાંભળી શકાય પણ તેમાં ભાષાના અક્ષર કે શબ્દો હોતા નથી. તેથી તેને અલખ કે લખી ન શકાય તેવો કહે છે. તે પ્રણવનાદ કે રણુકારને ઓમકાર કે જે ઈશ્વરવાચક છે. જેની વેદો, ઉપનિષદો વગેરે સતશાસ્ત્રો પણ સંમતિ આપે છે કે તે લખી શકાય તેમ નથી. જે નાદબ્રહ્મ છે તે આંખથી જોઈ શકાતો નથી. કાનથી સાંભળી શકાતો નથી.

મન-બુદ્ધિથી પણ પામી શકાતો નથી. એવો અતેન્દ્રિય, ઈન્દ્રિયાતિત, અગોચર છે. પણ શામળો કેતા બ્રહ્મ, શુન્ય કહેતા અવકાશ કે આસમાની મૌન પણ કહેવાય છે. એ જ શૂનકાર છે. તે આકાશ તત્ત્વનો નાદ તુરાં કે તમરાં જેવો આત્માની વૃત્તિ કેતા ચૈતન્ય શકિત કેતા સૂરતા વડે સાંભળી શકાય છે.

નોંધ : **વાયુના સુસવાટા સંભળાય છે.**
અગ્નિ તડતડ રૂપે સંભળાય છે.
પાણી ખળ ખળ રૂપે સંભળાય છે.
જમીનમાં ધડાકા રૂપે સંભળાય છે.

ઉપરોકત ચારેય તત્ત્વોના અવાજ બહીર્મુખી કાનથી અમુક અંતર સુધીની મર્યાદામાં સાંભળી શકાય છે. પણ આસમાની અવાજ એટલો સૂક્ષ્મ છે કે સાંભળ વા માટે કાનની ક્ષમતા નથી. એટલે કે કર્ણેન્દ્રિયથી સાંભળી શકાતો નથી. પણ ચેતના શકિતના એક દોરથી જયારે સૂરતા સાધ્ય બને છે ત્યારે સૂરતા વડે આકાશી અવાજ (અનાહતનાદ, પ્રણવનાદ) સાંભળી શકાય છે.

આમ નજરથી જોઈ શકાતો નથી. અને બુધ્ધિમાં પણ આવી શકે તેમ નથી. કારણ કે બુધ્ધિને પણ તે પ્રકાશે છે. એ શામળો કહેતા બ્રહ્મ શૂન્ય અવસ્થામાં નાદ રૂપે રહે છે. તે નિર્ગુણ નિરાકાર છે. પણ કોઈ પહોંચેલા પૂરા સંતો-ભકતો હોય તો તેના કંઠેથી કે મુખેથી પરાવાણી રૂપે પ્રગટ થઈને બોલતો હોય છે. એટલે કે તે કક્ષાએ ધ્રુનાત્મક શબ્દમાંથી વર્ણાત્મક (ભાષામાં) શબ્દો રૂપે બોલે છે.

ત્યારે તે કક્ષાએથી જે બોલે છે ઈ બીજો નથી પણ છે પરમેશ્વર પોતે. ત્યારે બધા શબ્દો શિવ સ્વરૂપે હોય છે. ત્યારે જે વાણીમાં હોય તેને વેદવાણી પણ કહે છે. તે વાણી ચેતનનું અપ્રગટ રૂપ જ હોય છે. જેમ સાકરમાં રસ અપ્રગટ છે પણ છે રસનું ઘન સ્વરૂપ તેમ પરાવાણીના શબ્દો એ ચેતનનું ઘન સ્વરૂપ છે કે જે કાન વડે સાંભળી શકાય છે. અને જો તે શબ્દો અંતરઘટમાં ઉતરે તો તાત્કાલીક હૃદયમાં ફાયદો કરે છે. અને સાંભળતી વખતે આનંદ અનુભવાય છે.

અને એ શ્રવણમાત્રથી જ અનેક ભકતોનું કલ્યાણ થયું છે તેમ સત શાસ્ત્રોમાં તેનો ઉલ્લેખ છે. જો યોગ્ય સાધના કરતાં કરતાં સૂરતા સધાય જાય અને સૂરતા જગાડે નામને, નામ જગાડે પ્રેમને, પ્રેમ જગાડે પુરુષ (આત્મા), પુરુષ જગાડે બ્રહ્મ, બ્રહ્મરૂપે થઈને પૂર્ણ બ્રહ્મને પામી જવાય.

નરસી મહેતાની વાણી

નિરખને ગગનમાં કોણ ઘુમી રહયો,
તે જ તું તે જ તું જે શબ્દ બોલે,
શ્યામના ચરણમાં ઈચ્છું છું મરણ રે,
અહિંયા કોઈ નથી કૃષ્ણ તોલે ...નિરખ
જડ અને ચેતન એક રસ કરી જણાવો,
પકડી પ્રેમે સજીવન મુડી ...નિરખ
ઝળહળે જ્યોત ઉદ્યોત રવિ કોટમાં,
હેમની કોર જ્યાં નીસરે તોલે,
સચ્ચિદાનંદ આનંદ ક્રિડા કે,
સોનાના પારણામાંહી ઝુલે ...નિરખ

બતી વિણ તેલ વિણ સૂત્ર વિણ જો વળી,
અચળ ઝળકે સદા અનળ દીવો,
નેત્ર વિણ નિરખવો, રૂપ વિણ પરખવો,
વણ જિહ્વાએ રસ સરસ પીવો ...નિરખ
અકળ અવિનાશી એ નવ જ જાએ કળ્યો,
અધર ઉધરની માંહે મહાલે,
નરસૈંયાનો સ્વામી, સકળ વ્યાપી રહ્યો,
પ્રેમના તંતમાં સંત ઝાલે ...નિરખ

વાણીનો ટુંકસાર :

જયારે નરસી મહેતા સૂરતા શબ્દની સાધના કરતાં કરતાં પાંચમી ભૂમિકાએ પહોંચે છે તે દરમ્યાન થયેલા અનુભવોનું વર્ણન કરતાં કહે છે કે ત્રિકુટીએ શીરા આકાશમાં (મસ્તકમાં) પ્રણવનાદ, કૃષ્ણની મધુરી મોરલી જેવો કે વીણાના વાજીંત્ર જેવો રણકાર કોણ કરી રહયું છે ? કૃષ્ણ સિવાય બીજો કોઈ આવી મોરલી વગાડી ન શકે.

માટે તે વગાડનારો કૃષ્ણ(નાદબ્રહ્મ)(પ્રણવ શબ્દ)કે જે આકાશમાં ઘુમી રહયો છે અને મોરલી વગાડે છે તેને નિરખીને જોવાની ઈચ્છા કરી અને તેના ચરણમાં સમાય જવાની અંતિમ ઈચ્છા વ્યકત કરી. કારણ કે જગતમાં કૃષ્ણની તોલે કોઈ આવી શકે તેમ નથી. યોગની ભાષામાં કહીએ તો સૂરતા શબ્દમાં સમાવવી કે લીન કરવી.(જેમ નદી દરિયામાં સમાય જાય તેમ સૂરતા કૃષ્ણના ચરણમાં કેતા પ્રણવનાદ(વચનમાં)સમાઈને જીવમાંથી શિવ થવું)

અભ્યાસ દરમ્યાન ત્રીજી ભૂમિકાએ બુધ્દિ પ્રજ્ઞાવાન બને છે અને પાંચમી ભૂમિકાએ ઋતંભરામાં રૂપાંતરિત થઈ જાય છે. તે દિવ્યજ્ઞાન દ્દષ્ટિથી નિરિક્ષણ કરતાં જડ અને ચેતનમાં જે ભેદ દ્દષ્ટિ હતી તે તત્ત્વ દ્દષ્ટિથી જોતાં અભેદરૂપે એક જ તત્ત્વના જણાયાં. અને તે ચેતન તત્ત્વ જ સાચી મૂડી છે. અખૂટ ભંડાર છે. ખજાનો કયારેય પણ ખૂટે એવો નથી. એમ અનુભવ કરીને નિશ્ચય કરી લીધો. સૂર્યોદય વખતે જયારે માત્ર સૂર્યની એક કોર(ધાર)જયોત રૂપે ઝળહળે છે ત્યારે તે સોનેરી કલરમાં હોય છે તેમ જણાય છે.

તેવી જ રીતે બ્રહ્મરંધ્રથી(દસમાં દ્વારેથી)જ્યારે સહસ્ત્ર દળમાં ઈશ્વરના દર્શન થયાં ત્યારે સોનાના પારણામાં સચ્ચિદાનંદ(ભગવાન)ઝુલતા હોય તેવો અનુભવ થયો. એ દિવ્ય પ્રકાશમાં ઈશ્વર દર્શન-સદાશિવના દર્શન થયાં એમ પણ કહેવાય. ત્યાં નહોતો કોઈ દીવો કે કોડીયું, કે નો'તી વાટ કે તેલ. તેમ છતાં નીચે કોઈ આધાર વગર અચળજયોતના દર્શન થયાં એ આત્મજયોત કે આત્મ સ્વરૂપ એવું છે કે તે વગર આંખે નિરખી શકાય છે. તેવું દિવ્ય પ્રકાશ સ્વરૂપ છે. તે નૂરતાથી નિરખી શકાય છે. તે રૂપ વગરનો નિરાકાર હોવા છતાં સૂરતાથી પારખી શકાય છે. તે વગર જીભે તેનો અમીરસ માણી શકાય છે. અકળ અને અવિનાશી એ ઈન્દ્રિયાતિત છે અને મન-બુદ્ધિથી પણ કળી શકાય તેવો નથી. અગમ અગોચર છે. તે અધર ઉધર કેતાં શ્વાસ-ઉચ્છવાસમાં, ઓહંગ સોહંગ શબ્દરૂપે મહાલી રહ્યો છે. એટલે કે ઓહંગ સોહંગ હાલે છે બે શ્વાસા.

(ઓહંગ એ પ્રણવનાદ છે અને સોહંગ એ અનાહતનાદ છે)તે નરસૈંયાનો સ્વામી કહેતા પરમાત્મા સકળ જગતમાં વ્યાપી રહયો છે. તેને સંતોએ પ્રેમના તંતમાં એટલે કે સૂરતાના દોરથી તે પ્રભુની સાથે ભળી ગયા કેતા સૂરતા-શબ્દનો યોગ સાધી સૂરતા શબ્દમાં સમાયને શબ્દ કેતાં શિવરૂપે બની ગઈ. આમ સંતોએ પોતાનું કલ્યાણ કર્યું અને જે કોઈ મુમુક્ષુ હતાં તેને પણ યોગ્ય માર્ગદર્શન આપ્યું.

અખા ભગતની વાણી
(આત્મસ્વરૂપ)

સ્થૂળ સુક્ષ્મને કારણ મહાકારણમાં નહીં વાસ
અવસ્થા ત્રણની તિત, સાક્ષી રૂપે પોતે
શુધ્ધ સ્વરૂપે થઈ રહયો પોતે ...ટેક
રવિ શશીને ગમ નહી, નહી કાળ કર્મ પ્રમાણ,
સોહંગ શબ્દ પોતે સેવે, સેવે સંતો સર્વે સૂજાણ (૧)
શુધ્ધ સ્વરૂપમાં મહાલતા, થાય સ્વરૂપ સાક્ષાત્કાર
વિધિ નિષેધનો સંયમ ટળે, ત્યારે મન વિલસે બ્રહ્માકાર (૨)
બ્રહ્માકાર વિચારતા સર્વે દ્વૈત ભાવના જાય

સોહંગ બ્રહ્માનંદ અનુભવીએ તો, વસ્તુ જ્યારથ થાય (૩)
તત પદ, ત્વમ પદ, આસી પદ, આસીપદ આવે તો મલીન વાસના જાય
જીવને શિવ વિચારતા, પોતે પોતામાં સમાય (૪)
પોતામાંથી પોતે થાય, એ તો અદ્વૈત આત્મારામ,
કલ્પના કોઈ પહોંચે નહીં, ત્યાં પોતાનું નિજ ધામ (૫)
વાણી ન પહોંચે વેખરી, વેદ ન પહોંચે ચાર,
ગુરુગમ હોય તો પામીએ, અનુભવ હોય જો લગાર (૬)
અનુભવે તે પદ પામતા, તે પદ છે તુરિયાતિત
પોતે બોલે ને પોતે સાંભળે, એ દ્રઢ અનુભવની રીત (૭)
આકાશથી આઘેરું પાતળે છે ભરપૂર
પીંડ બ્રહ્માંડથી વ્યાપક સદાય, નહીં નિકટ કે નહીં દૂર (૮)
આ જુકિત મુકિત જાણીને કોઈ ધરે હૃદયમાં ધ્યાન
કહે અખા આ અવિગત વાત, એને જીવતા મુકિતની હોય જાણ (૯)
આમાં અખંડ સાહેબ કો નામ હૈ ઓર સબ ખંડ હૈ
ખંડ મે મેરૂ સુમેરૂ, બ્રહ્માંડો સબ ખંડ હૈ
ધરતા નથી સૂરતા શબ્દનું ધ્યાન, ત્યાં સુધી સબ બંધ હૈ
સદ્ગુરુ ઈશ્વરના નામમાં હંસો નિરબંધ હૈ
સોહી સાહેબ કે સંગમે સદા આનંદ હૈ
દયા ધર્મ ઘટમાં રાખો તો એ ભકિત કા અંગ હૈ
સોહી શબ્દ સાંભળો તો એ સત બ્રહ્મ હૈ
એ સાર શબ્દ સિવાય, આ જગત રંગ પતંગ હૈ.

સવાભગતની વાણી

એકતારો (આત્મા)

એક તારો અરસ પરસ છે રે
જોઈ લ્યો વાણી પાર રહયો વાગે....ટેક
તન તુંબડું મળ્યું માલમી
કોઈ જોગ જુગતથી જાગે
સોહંગ શબ્દ ઝણકાર થઈ રહયો
હદ બે હદની આગે ...એક તારો
નૂરતા સૂરતાના ગમા ગોઠવ્યાં, ત્રણ ગુણના ત્રાગે,
સોહંગકારનું અડગ દાંડવું, જાપ અજપે જાગે ...એક તારો
તન તપાસીને તાર મિલાવે જો, તો કોઈ વિરલા જાગે,
મેળ કરશો તો મજા આવશે, પછી રોમે રોમે રંગ લાગે ...એક તારો
સુક્ષ્મણા નાડી સૂર મિલાવે, નાચે નાથની આગે,
અરધ-ઉરધમાં અજબ એક તારો, વિના ટકોરે વાગે ...એક તારો
અમૂલ્ય કિંમત છે એક તારાની, મફત નહીં મળે જોને માગે
તન, મન, ધન જઈ અર્પણ કરજો, સદ્ગુરુ ચરણ આગે ...એક તારો
સઘળે મંદિરે સરખો વાગે, ને જોવા ના કોઈ જાગે,
દાસ સવો કહે ખોજી લ્યો એક તારો, નકર પતો નહીં લાગે ...એક તારો

વાણીનો ટૂંકસાર :

સવાભગત કહે છે કે અરસ પરસ કેતાં શ્વાસ-ઉચ્છવાસમાં જે ઓહંગ સોહંગ શબ્દ ચાલી રહ્યાં છે તે વાણીમાં બોલી શકાય એવા વર્ણાત્મક અક્ષરો નથી પણ ધુનાત્મકનાદ સૂરતા વડે (અનાહતનાદ) અનુભવી શકાય છે. તો તેનું આંતરિક કુંભકના સ્થાને ધ્યાન ધરીને જોઈ લ્યો કેતાં અનુભવી લ્યો.

હદ બેહદની આગે એટલે સ્થૂળ દેહ અને સુક્ષ્મ દેહથી પર જે આકાશી અવાજ નાદબ્રહ્મ કે સોહંગ શબ્દના ઝણકાર થઈ રહયા છે. આ તુંબડા રૂપી મનુષ્યનો દેહ મળ્યો છે તે જુકિત-મુકિત કેતા સૂરતા શબ્દના જ્ઞાન-વિજ્ઞાન વડે તેને કેતા નામ-વચનને જાગૃત્ત કરીને સિધ્ધ કરી લ્યો.

નામને સિધ્ધ કરવા માટે બતાવેલી રીત પ્રમાણે સૂરતા શબ્દને એક કરી નૂરતાના માર્ગે અજપા જાપ કરતાં કરતાં આગળ વધીને આજ્ઞાચક્રમાં દાખલ થશે.

ત્યારે ત્રણ ગુણ મન, પવન, બ્રહ્મ ભેગા થશે. ત્યારે નામ સિધ્ધ થયું એટલે કે સોહંગકાર ડગે નહિં એમ અડગ થઈ જાય છે. ત્રણ ગુણ ભેગા થતાં.

નોંધ : આપણાં શરીરની અંદર તપાસ કરતાં જાણવા મળે છે કે જ્ઞાન શકિત મનમાં રહેલી છે. ગતિ શકિત પ્રાણમાં રહેલી છે અને સર્જન શકિત નાદબ્રહ્મમાં રહેલી છે. આ ત્રણે શકિતઓ વડે સર્જન, પાલન અને વિસર્જન થયા જ કરે છે. તેને ત્રિગુણાત્મક શકિત પણ કહેવાય છે. તેને ત્રિગુણી માયા કહે છે.

તેનું સર્જન ચેતન કેતા આત્માના સ્ફૂરણથી થાય છે. આત્મા એ જ પ્રણવ ઓમકાર જે ઈશ્વરવાચક શબ્દ છે તે મૂળ વચન (પ્રણવ)માં ત્રણે ગુણ ઈશ્વરરૂપે એટલે કે બ્રહ્મા-વિશ્ણુ અને મહેશ નાદ, મન, પવન (પ્રાણ) ત્રણ ગુણ રૂપે રહેલા છે. આમ આત્મા ત્રણે દેવનો અધિષ્ઠાતા છે એટલે કે ત્રણે દેવો આત્માને આધિન છે.

જો કોઈ સૂરતા શબ્દની સાધના કરવામાં શૂરવિર કેતા બહાદુર હોય તો પૂર્ણ અભ્યાસ કરીને ત્રણે શકિતઓને ભેગી કરીને એક તાર (એક દોર) કરે તો નામ સિધ્ધ થઈ જાય અને હૃદયમાં આનંદના ઊભરા આવે. માયાનો ક્ષોભ મટી જાય અને શરીરમાં રોમે-રોમે (રૂંવાડે રૂંવાડેનો) આનંદ વર્તાય.

જયારે સૂખમણા નાડીમાં સૂર મિલાવે કેતા પ્રાણ અને અપાન સમતોલ થઈને એક સાથે ચાલવા લાગે ત્યારે કુંડલીની શકિત અનાયાસે જાગૃત્ત થઈને નાચતી કૂદતી સૂખમણાને માર્ગે આગળ વધીને આજ્ઞા ચક્રમાં જયાં જયોતિ સ્વરૂપ સદ્‌ગુરુદેવ બિરાજમાન છે ત્યાં પહોંચે છે. (પવનરૂપે) આમ સૂરતા શબ્દ અને પવન(કુંડલીની શકિત)નો મેળ થયો કહેવાય. અરધ ઉરધમાં એટલે કે અપાન પ્રાણ જયાં મળે છે તે કુંભક સ્થાને કોઈ પણ જાતના વાજીંત્ર વગર વાગે છે. કે જેને અનાહતનાદ કહેવાય છે.

તેની કિંમત અમૂલ્ય છે. એટલે કે તેને તોલે કોઈપણ ધન, ખજાનો આવી ન શકે તેવો આપણો આત્મા છે. આવી કિંમતી ચીજ મફતમાં કેમ મળે ? જો આત્મા-પરમાત્મા વિશેનું જ્ઞાન મેળવવું હોય તો સદ્‌ગુરુના શરણે જઈને તન, મન, ધન અર્પણ કરવા જોઈએ. એટલે કે સદ્‌ગુરુના જ્ઞાન પ્રમાણે નિષ્કામ ભાવે ફરજમાં આવેલા કાર્યો કરવા. એટલે તન અર્પણ અને મનને ગુરુએ બતાવેલ શબ્દમાં હાલતા ચાલતા, બેસતા સુતા વખતે જોડી રાખવું. એટલે મન અર્પણ થયું અને પ્રાણ રૂપી કિંમતી ધન તેના તરફથી જ મળે છે. માટે દરેક શ્વાસા ઈશ્વરની શકિત

વડે જ લેવાય છે. તેના ધણી ન થતાં ઈશ્વરના જ છે. એમ સમજીને અર્પણ કરવા. આમ સદગુરૂ મળ્યાં પછી આવી ભાવના રાખીને જીવન વહેવાર ચલાવીએ તો આપણે સદ્‌ગુરુને તન, મન, ધન અર્પણ કર્યાં કહેવાય.

જયાં જયાં પ્રાણ છે ત્યાં બધે બ્રહ્મ નાદ રૂપે, વિષ્ણુ જ્ઞાન રૂપે, મહેશ પ્રાણ રૂપે અને આત્મા (દેવાધિદેવ) ત્રણે દેવોના આધાર રૂપે હાજર જ હોય છે. એટલે સંતો જીવ માત્રના શરીરને જાગૃત્ત દેવોનું મંદિર સમજે છે. અને બધા મંદિરોમાં બધાં દેવો સરખા જ છે. બધામાં સત્તા શકિત રૂપે એક સરખા જ છે અને બધામાં એક સરખો જ વાગે છે. છેલ્લે સવા ભગત કહે છે કે શૂરવીર થઈને સાધના કરીને તેને સાધી લ્યો નકર દેહ છૂટશે ત્યારે પતો નહીં લાગે ને ચોર્યાશીના ચકમાં ફસાઈ જવાશે.

નરસૈંયાની(નરસી મહેતાની)વાણી

(ગુરુ મહિમા)

ગુરુ પદ વંદી ઓચરું હું છું બાળક અબુજ અજાણ
મારા અપરાધ સામું મ જોશો દયાનિધિ
બોલ્યું અબોલ્યું કરોને પ્રમાણ
ગુરુના નાવે હું ચડી તો સહજમાં આવ્યાં સાગર પાર
આ હોડીને હેલા કંઈ ન નડયાં સાવધ સદ્‌ગુરુ હાંકણ હાર
વેપાર કીધો હરિ નામનો અને ગુરુરૂપી કીધા દલાલ
તો માલ ઓરાવ્યો અમને સુગમને સાધો કરીને
અને જગમાં કર્યા છે ન્યાલ
એ ગુરુના વખાણ હું કેમ લહું, થાકયાં સરસ્વતીને વેદ
શિવ સનકાદિ પણ ના લહે, એવો ગુરુ ગુણોનો છે ભેદ
ગોવિંદથી ગુરુ છે અદકેરા સદ્‌ગુરુ દયા નિધાન.
તન, મન, ધન અર્પી સેવા કરે, નામે નરસી કરે પ્રણામ.

વાણીનો ટૂંકસાર :

સાધના કરતી વખતે અંતઃકરણમાં સારો માહોલ કરીને શરૂઆતમાં પ્રભુ પ્રાર્થના કરતા કહે છે કે સર્વોત્તમ પદ પર બિરાજમાન સદ્દગુરુ હું તમને મારા સાષ્ટાંગ પ્રણામ કરું છું. હું અબુજ અને અજ્ઞાન છું. તમારે શરણે આવેલો બાળ ક છુ. જાણતા કે અજાણતા મારા વડે થયેલ અપરાધો સામે નહિં જોતાં. દયાના સાગર, કૃપા સિંધુ, મારા કલ્યાણ માટે પ્રાર્થના વડે મારાથી બોલાણું હોય કે બોલતા ચુકાઈ ગયું હોય તે બધું તમે પ્રમાણિત કરીને સાર્થક કરજો.

આવો સદ્‌ભાવ ગુરુ શરણમાં રાખવો જોઈએ. ગુરુના નાવે હું ચડી તો સહજમાં આવ્યા સાગર પાર એટલે કે ગુરુએ જે નામ(ગુરુમંત્ર)રૂપી નાવડું આપ્યું છે તે નામમાં સૂરતાને શબ્દમાં પરોવી રાખવી. આવી રીતે, બતાવેલ રીત પ્રમાણે અજપા જાપ કરતાં કરતાં સહજમાં સંસાર સાગર પાર થઈ જાય છે.

એટલે આપણાં ચિત્તમાં ભરેલો સંસાર જેમ કે ચિત્તવૃત્તિઓ, બુધ્ધિના વિક્ષેપો અને મનના મળ કેતા કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, મત્સર અને કલેશો કેતા અવિદ્યા, અસ્મિતા(હું, મારું)રાગ, દ્વેષ, અભિનિવેશ વગેરે વગેરેનો નાશ થઈ ગયો. અને અંતઃકરણ એકદમ શુધ્ધ, નિર્મળ, શાંત થઈ ગયું. ત્યારે એ દશાએ સાધક સંસારથી પાર થયો કહેવાય. બાદમાં સાંસારિક કોઈ પણ વૃત્તિઓ તેને નડશે નહીં અને જીવનમુકત થઈને પોતાના બધાં વહેવારો ચલાવશે.

આ હોડીને હેલા કાંઈ ન નડયાં સાવધ સદ્દગુરુ હાંકણ હાર એટલે કે સતનામ, પ્રણવનાદ કે જે ધુનાત્મક રીતે ગાજી વાજી રહ્યો છે તે નાદબ્રહ્મ કે ઈશ્વરવાચક શબ્દ છે. એટલે કે જે નામ છે તે જ ઈશ્વરનું રૂપ છે. અને ઈશ્વરને કાળ કે માયાના બંધનો નડતાં નથી. આમ સૂરતા શબ્દની સાધનામાં મનના મળ, બુધ્ધિના વિક્ષેપો કે અજ્ઞાનના આવરણો કાંઈ નડતા નથી. કારણ કે જે નામનું સ્મરણ કરે છે તે નામ પોતે જ ઈશ્વરનું રૂપ છે.

હવે સાધના કેમ કરવી તેની રીત સમજાવતા કહે છે કે વેપાર કીધો હરિ નામનો અને ગુરુરૂપી કીધા દલાલ, તો માલ ઓરાવ્યો સુગમ અને સોંઘો કરીને જગમાં કર્યા ન્યાલ. એટલે કે ગુરુએ આપેલા શબ્દોને પ્રાણ અપાન(શ્વાસોચ્છવાસ)માં બેસાડીને મન વડે સ્મરણ કરવું. અને જેમ વેપાર ધંધો કરતાં હોય તેમાં વચ્ચે દલાલ કામ કરતો હોય છે. અને દલાલ વડે જ વેપારી પેઢીનો બધો વેપાર ચાલતો હોય છે.

તેમ ઈશ્વર કે પરમાત્માનાં પોલીટીકલ એજન્ટ કેતા દલાલીનું કામ સગુણરૂપે દેહદારી સંત સદ્‌ગુરુ મળ્યાં હોય છે તે કરતા હોય છે. માટે સદ્‌ગુરુ રૂપી દલાલનું ધ્યાન ધરવું જોઈએ. તો તેનું ધ્યાન કેમ ધરવું તે સમજાવતા કહે છે કે મનને સ્મરણમાં રાખવું અને કુંભકના સ્થાને ગુરુમૂર્તિને બેસાડીને તે ગુરુમૂર્તિનું ધ્યાન ધરવું. આ રીતે સ્મરણ-ધ્યાન કરતાં કરતાં અનાહતનાદ સૂરતા વડે સંભળાવા લાગશે.

ત્યારે નાદબ્રહ્મની જાગૃત્તિ થઈ કહેવાય અને બાદમાં સૂરતા વડે શબ્દનું ધ્યાન કેતાં અજપા જાપ કેતા સૂરતા શબ્દમાં સમાય જાય અને એકરૂપ થઈ જાય ત્યારે ચિત્તવૃત્તિ બ્રહ્માકાર થઈ જાય છે. આટલા પ્રયાસથી બુદ્ધિ પ્રજ્ઞાવાન થઈ જશે અને જીવ કેતા અહંકાર બ્રહ્મરૂપે થઈ જશે. બુદ્ધિ પ્રજ્ઞાવાન થઈ એટલે સુગામરૂપી માલ પરમાત્મા તરફથી મળ્યો. સુગમ કેતા ગુરુગમ, દિવ્ય દૃષ્ટિ, બ્રહ્મ દૃષ્ટિ, પંચમ વેદને જાણનારી, અગમ-નિગમને સમજી શકે તેવી બુદ્ધિને સુગમ કહેવાય.

જયારે નામ સિદ્ધ થાય છે ત્યારે અતિ દુર્લભ એવો કુંડલીની જાગૃત્તિનો લાભ પણ અનાયાસે, આંતરિક પ્રાણોની પ્રક્રિયાના ભાગરૂપે મળશે. કે જેની મદદ વડે બાકીની આધ્યાત્મિક યાત્રા પુરી થાય છે. પછી સાધકે કંઈ પણ કરવાનું રહેતું નથી. આમ સૂરતા શબ્દના અજપા જાપથી જગતમાં માનવ અવતાર ધરીને ન્યાલ થઈ ગયાં એટલે કે જન્મ-મરણનાં બંધનમાંથી મુકત થઈ ગયાં.

આમ સદ્‌ગુરુનો મહિમા ગાતા કહે છે કે જેના પુરા વખાણ સરસ્વતી કે વેદ પુરાણ, શિવ કે સનકાદિ, ઋષિમુનીઓ વગેરે નથી કરી શકયા. કારણ કે જે કાર્ય પરમાત્મા ન કરી શકે તે કાર્ય ગુરુ બોધ તથા તેના જ્ઞાન-વિજ્ઞાનથી શકય બને છે. માટે રામ, કૃષ્ણ જેવા અવતારી પુરુષોએ પણ ગુરુ શરણે જઈને અભ્યાસ કરવો પડયો હતો.

માટે ગુરુને ગોવિંદથી અદકેરાં કહ્યાં છે. દયા-કૃપા કરીને આત્મકલ્યાણનો માર્ગ બતાવે છે. આમ પરમાત્મા તરફથી મળેલ તન, મન, ધન કેતા પ્રાણ પરમાત્મા તુલ્ય સદ્‌ગુરુને શરણે સોંપીને નિષ્કામ ભાવે, ટ્રસ્ટીરૂપે બનીને સેવાકાર્ય કરે છે. અને પ્રભુના ગુણગાન ગાય છે. જીવનમુકત દશામાં રહીને સેવાકાર્ય કરે છે.

લાલભક્ત(લાલસાહેબ)ની વાણી

કાયા નગર કી કુંજ ગલી મેં, બંસી બજત હૈ કાન કી
પણ કોઈ ભોમિયા ભેદી મિલે, તો માર્ગ બતાવે સાન કરી ...ટેક
જો સૂરતા ચલે જબ શબ્દ પકડે,
જુકિત મિલે જબ ધ્યાન કી ...કાયા નગર કી
પણ, સૂરતા ચલે નહિં શબ્દ વિના
તો વહાં તક કહે કૈસે ચલે
ચોકી ખડે સેતાન કી ...કાયા નગર કી
જો લાક કહે લાયક બનો
અને સદ્ગુરુ કી સેવા કરો
તો પૂરી જરૂર પડતી હૈ યહાં, ગુરુ કી
દયા, કૃપા ઓર જ્ઞાન કી ...કાયા નગર કી

વાણીનો ટૂંકસાર :

લાલસાહેબનું કહેવાનું થાય છે કે આ કાયામાં કુંજગલી કેતા સુક્ષ્મણા રોડમાં જયારે પ્રાણ-અપાનનો પ્રવાહ ચાલતો હોય છે ત્યારે અનાહતનાદ કે પ્રણવનાદ રૂપી કૃષ્ણની મોરલી કે વીણા વાગતી હોય છે તે સંભળાય છે. (સૂરતાથી). પણ જો કોઈ એનો માલમી, અનુભવી ભોમિયો મળે તો તેનું માર્ગદર્શન તથા તે માર્ગનું વિજ્ઞાન સાન કરીને સમજાવે.

અને એ પ્રમાણે સાધના કરે તો જયારે સૂરતા શબ્દમાં સમાય એટલે કે સૂરતા શબ્દ એક થાય ત્યારે સૂરતા શબ્દને લઈને નૂરતાના રોડ પર ચડાવવાનું ધ્યાન કેમ કરવું તેનું માર્ગદર્શન પણ ભોમિયો બતાવશે. પણ સૂરતા શબ્દ વિના આગળ વધી શકે તેમ નથી. કારણ કે રસ્તામાં ચાર શેતાનો રસ્તો રોકી બેઠાં છે. આગળ વધવામાં અવરોધ કરે છે. માટે યોગ્યતા કેળવીને સદ્ગુરુના જ્ઞાન પ્રમાણે આગળ વધવા માટે પુરા અનુભવી ગુરુની દયા-કૃપા તથા જુકિત-મુકિત રૂપી માર્ગદર્શનની ખૂબ જ જરૂર રહે છે.

સૂરતા શબ્દનો યોગ સાધવામાં ચાર સેતાનો, માયાનાં પરિબળો રસ્તો

રોકીને બેઠાં છે. તો તે ચાર સેતાનો કોણ ? અને તેને કેવી રીતે માર્ગમાંથી દૂર કરવા તેનું જ્ઞાન કે જુકિત અનુભવી ગુરુ બતાવે છે.

૧. રસ્તામાં પહેલે દરવાજે કાળુડી કુતરીની ચોકી. કાળુડી કૂતરી કે'તા શરીરમાં ભૂખ લાગે. જો ભૂખ ન સંતોષાય તો સાધકને આગળ વધવા ન દીયે. જરુરી ખોરાક મલી જવાથી ઈન્દ્રિયો શાંત થઈ જશે.

કબીર કહે કમાલ કો દો બાતા શિખ લે.

કર માલિક કી બંદગી ઓર ભૂખે કો અન્ન દે.

એટલે કે શરીરને જયારે ભૂખ લાગે ત્યારે યોગ્ય ખોરાક આપી દેવો. બાકી અજપા જાપ જપતો રહેવો. જેમ કૂતરી રસ્તામાં ભસતી હોય અને રસ્તો રોકે છે ત્યારે તેને રોટલીનો ટૂકડો નાંખી દેશો તો તે ખાવામાં પડી જશે અને ભસવાનું બંધ કરી દેશે ત્યારે રસ્તો ખૂલી જાય છે. તેમ ભૂખ લાગે ત્યારે જમી લેવું તેથી કરીને પહેલું વિઘ્ન હટી જાય.

૨. બીજે દરવાજે બે ચોકીદાર કે'તા રાગ-દ્વેષ મનમાં ભરાયને પડેલા હોય છે. તેને દૂર કરવા જોઈએ. નહિં તો સાધનામાં આગળ વધવા નથી દેતા. તો તેને દૂર કરવા માટે (મનનું રૂપાંતર એટલે કે અંતરમુખી કરવા માટે) ગુરુ મંત્રનો જાપ, મન પવનની માળા દ્વારા કરવાથી મનને નામનો નશો ચડી જશે ત્યારે અંતરમુખી થઈને નામના નશામાં ડુબી જશે. ત્યારે મનમાં ભરાય પડેલા રાગ, દ્વેષ વગેરે કલેશો શાંત થઈ જશે.

જેમ ચોકીદાર કે સિપાહીએ દારૂનો નશો કરેલ હોય તે સ્થિતિમાં બેભાન થઈ જાય છે અને ચોકીદારીપણું ગુમાવી બેસે છે તેમ નામનો નશો ચડી જવાથી મનમાં ભરાઈ પડેલા રાગ, દ્વેષ પણ શાંત થઈ જશે અને મન એકાગ્ર અને સ્થિર થઈને સ્મરણ કરવા લાગશે. એટલે નામનો નશો ખૂબ જ જરુરી છે. તે વિના મન સાધનામાં આગળ વધી શકતું નથી. એવો નશો કરવા માટે જરુરી જ્ઞાન રૂપી ગાંજો લેવો અને તે વિશેની પૂરી સમજણરૂપી ભાંગ લેવી. ગાંજો અને ભાંગને એક વાસણમાં લઈને લઢી લઢીને ખૂબ જ ઘુંટવી(ચિંતન-મનન કરવું)ને તે રસાયણ મનને આપીને પછી નામનો નશો કરવો. કે જેથી મન એકદમ શાંત અને સ્થિર અને એકાગ્ર થઈને જાપમાં લાગી જશે. આમ મનનું ભટકાણ દૂર થશે ને બીજું વિઘ્ન પણ દૂર થશે.

૩. હવે ત્રીજે દરવાજે સિંહની ચોકીદારી છે એટલે કે શ્વાસો ઉચ્છવાસ દ્વારા પ્રાણોનું આવાગમન સતત ચાલુ રહેલું હોય છે તેથી ત્યાંથી આગળ વધવું ખૂબ જ મુશ્કેલીરૂપ થઈ જાય છે. તો ત્યાંથી આગળ વધવા માટે પ્રાણોને શાંત કરવા પડે. માટે જેમ સિંહને શાંત કરવા હોય તો તેમને માંસના ટૂકડા મલી જાય તો તે ખાવામાં રોકાય જાય છે તેમ પ્રાણને શાંત કરવા માટે દેહાધ્યાસ છોડી દેવામાં આવે તો પ્રાણ શાંત થઈ જાય છે. તે કેમ કરવું તે પણ સમજી લેવું ખુબ જ જરૂરી છે.

જયારે સાધક સાધના કરવા બેસે છે ત્યારે બધી કર્મેન્દ્રિયો તથા જ્ઞાનેન્દ્રિયો શાંત હોય અને મન પણ કોઈપણ જાતના વિચારથી શાંત થયેલું હોય ત્યારે શરીરમાં પ્રાણની જરૂરિયાત ખુબ જ ઘટી જશે. અને પ્રાણ-અપાન બંને સમાન, સમતોલ તથા બંને ભેગા થઈને સુખમણા રોડ પર ચાલવા લાગશે. ત્યારે આંતરિક કુંભકના સ્થાને બંને પ્રાણ સ્થિર થવાથી તે સ્થાન પર ધ્યાન દેવાથી સૂરતા સધાય જશે અને દેહાધ્યાસ છુટી જશે ત્યારે અનાહતનાદ સંભળાવાનો ચાલું થશે. આમ ત્રીજા દરવાજાની ચોકી માંથી ચોથી ચોકી આવે છે.

૪. ચોથે દરવાજે કાળીનાગની ચોકી છે. એટલે કે જયાં પરમ શકિત કે પરાશકિતનું કેન્દ્ર છે ત્યાં જેમ કાળીનાગ સુશુપ્ત અવસ્થામાં ગુંચળુ વળીને શાંત હોય છે. તેમ કુંડલીની શકિત તેના કેન્દ્રમાં સાડા ત્રણ આંટા વળીને પોતાનું મુખ અંદર રાખીને શાંત હોય છે. પરંતુ જેમ નાગને કરંડિયામાંથી જગાડવા માટે મોરલીની સુરાવલી સંભળાવે છે અને તેના તાલમાં નાગ જાગીને મોરલીની સામે નાચવા લાગે છે.

તે જ રીતે જયારે કુંભકનો સમયગાળો વધે છે ત્યારે તે સ્થાને બંને પ્રાણના સ્પંદનો સૂરતા વડે સાંભળે છે. (તે નાદને અનાહતનાદ કહે છે) તે દરમ્યાન પ્રાણ સહજતાથી અનાયાસે થોડા ઉંડા ઉતરશે અને કુંડલીનીના કેન્દ્ર પર ઠોકર લાગશે તેથી કુંડલીની શકિત જાગૃત થશે અને વાયુરૂપે થઈને પ્રાણની સાથે મળીને સુક્ષ્મણાનાડી મારફતે ઊર્ધ્વગમન કરે છે. ત્યારે સૂરતાને જે નાદ સંભળાય છે તેને વચન કે મુળ શબ્દ કે પ્રણવનાદ કહે છે. આમ સૂરતા ચોથા શેતાનરૂપી પ્રાણોને શાંત કરીને મૂળ શબ્દને ત્રીજી ભૂમિકાએ આજ્ઞાચક્રમાં વચનરૂપી પાલખીમાં બેસીને નામની સાથે એકદોર થઈને ચોથી ભૂમિકા તરફ બકનાળ મારફતે આગળ વધશે.

ચાર ચોકીઓ...

૧. ઈન્દ્રિયોના વિષયો

૨. મનના રાગ - દ્વેષ વગેરે

૩. દેહાધ્યાસ છોડવા માટે પ્રાણોને શાંત કરવા

૪. સુશુપ્ત પડેલી શક્તિ જગાડવી.

આમ ચાર ચોકીઓ માંથી જુક્તિથી પસાર થઈને મૂળ શબ્દ જાગૃત્ત કરીને સૂરતા શબ્દની સાથે જોડીને તે યોગ સાધી શકાય છે.

સંત ગરીબદાસની વાણી

(તત્ત્વ દર્શન)

આત્મ સ્વરૂપને અનુભવી જાણે
જેણે સદ્ગુરુ શબ્દનું લક્ષ લીધું
તત્વમસી પદ અર્થ વિચારી
બ્રહ્મ રસાયણ પાન પીધું
બ્રહ્મ આનંદ ત્યાં સર્વ આનંદ
ઓર આનંદ ત્યાં દૃષ્ટ ન આવે
અમૃત રસનો આહાર જેણે કર્યો
તુચ્છ તાંદુલ તે કેમ ખાવે ?
બ્રહ્મના દેશમાં ભાવ બીજો નહીં
શ્રુતિ અને સ્મૃતિ સાખ પૂરે
ક્રોધને મારી કામ પ્રજાવી
તત્વ લીધું કોઈ સંત સૂરે
અસ્થિ ભાતિ પ્રિય નામ રૂપથી
પંચભૂત ભાસી કાયા
આદિ વિશેષણ ત્રણ છે આત્મા
નામ રૂપને જાણો માયા
અવસ્થા ત્રણથી તિત છે આત્મા

અછેદ - અભેદ તે કોક જાણે
બ્રહ્મદર્શી કોઈ સંત સૂરમાં
બ્રહ્મના દેશમાં મોજ માણે
કર્મના જીવ આ મર્મ સમજે નહીં
શુધ્ધ સમજણ વિના શાંતિ ના આવે
દાસ ગરીબ કહે સદ્‌ગુરુ સેવો
તો અણછતાં દુઃખનો અંત આવે.

નોંધ : સદ્‌ગુરુના રૂપ

૧. દેહધારી જે ગરુ મળ્યાં હોય તે બ્રહ્મનિષ્ઠ હોય તો તે સદ્‌ગુરુ સગુણ રૂપ છે.
૨. અંતરઘટમાં વચનનો અનુભવ થાય તેને સદ્‌ગુરુનું જ્યોતિરૂપ કે સાકારરૂપ કહેવાય.
૩. અંદર - બહાર બધે જ એક જ સ્વરૂપ જણાય તે સ્વરૂપને સદ્‌ગુરુનું નિરાકાર રૂપ કહેવાય.

કબીરસાહેબની વાણી
(સહજ સમાધિ)

સંતો સહજ સમાધિ ભલી હૈ
જબસે દયા ભઈ સદ્‌ગુરુ કી સૂરતિ અનંત ચલી હૈ ... ટેક
જહાં જહાં જાઉ સોઈ પરીક્રમા, જો કછુ કરું સોઈ પૂજા ।
ગૃહ-ઉદ્યાન સમ કરી લેખું, ભાવ મિટાઉ દુજા ॥ (૧)
આંખ ન મુંદુ, કાન ન રુંધુ, કાયા કષ્ટ ન ધારું ।
ઉઘરે નયને સાહેબ કો દેખું, હસિ હસિ વદન નિહારું ॥ (૨)
શબ્દ નિરંતર મનુવા રાચે, મલિન વાસના ત્યાગી ।
જાગત સોવત ઉઠત બેસત ઐસી તારી લાગી ॥ (૩)

કહું કબીરા યહ ઉનમુનિ રહની, જો પ્રગટે કર ગાઈ ।
સુખ દુઃખ સે વહ પરે, પરમપદ સોઈ સકલ સુખદાઈ ॥ (૪)

વાણીનો ટૂંકસાર :

સહજ સમાધિ એટલે સૂરતા પોતાના મેળે એકધારી, સતત નાદબ્રહ્મ (સત શબ્દ)સાથે જોડાએલી રહે ને બ્રહ્માકાર રૂપે બની જાય તે દશાને સહજ સમાધિ કહે છે. તેને તુરિયાની (ચોથી અવસ્થા) ઉચ્ચ ભૂમિકા કહે છે. તેને મનની ઉનમુની અવસ્થા પણ કહેવામાં આવે છે. તે સ્થિતિએ જ્યારે સાધક પહોંચે છે ત્યારે તેની સૂરતા કાળ-માયાથી પર શૂન્ય અવસ્થામાંથી મહાશૂન્ય અથવા તો અનંત તરફ ખેંચાય જાય છે.

ત્યારે તે સચખંડમાં પહોંચી જાય છે. તેને શૂન શિખર પણ કહે છે. ત્યાં પહોંચવાથી બુદ્ધિમાં પરમાત્માનો પ્રકાશ થાય છે. તેની બુદ્ધિ ઋતંભરા સ્થિતિને પામે છે. તે દ્દષ્ટિથી વિશ્વ આખું પરિબ્રહ્મ પરમાત્માનું વિરાટ સ્વરૂપરૂપે જણાય છે. એ ઉચ્ચભૂમિકાએ સ્થિત કેળવીને જ્યાં જ્યાં જાય ત્યાં ત્યાં તે પરમાત્માની પરિક્રમા જ છે. જે કોઈ કાર્ય કરે તો તે ઈશ્વર પુજા છે. ઘર, ધંધો, વેપાર બધું એક સરખું જ લાગે. કોઈ ભેદ ન રહે. ભેદ દ્દષ્ટિ જ ટળી જાય છે. અદ્વૈત સ્થિતિ હોય છે. પોતાનાથી જુદું બીજું કાંઈ જણાતું જ નથી. બધામાં પોતાનું સ્વરૂપ જ જોવે છે. આવી સહજ સમાધી માટે આંખ કે પ્રાણ બંધ કરવા પડતા નથી. અને ગુફા કે અન્ય એકાંતે બેસી ઉપવાસ કે વ્રત-તપ કરીને કાયાને કષ્ટ પણ આપવું પડતું નથી. ખૂલી આંખે બધામાં સાહેબ કેતા પરમાત્માના દર્શન થાય છે.

જે જે ચહેરાઓ જોવામાં આવે તેમાં ઈશ્વર હસતાં હસતાં જોવામાં આવે. સૂરતા શબ્દમાં જોડાઈને એક રૂપ થઈ ગઈ હોય છે. મલિન વાસના બધી છુટી જાય છે. સાહજીક રીતે, હાલતા ચાલતા, જાગતા સુતા શબ્દનો રણુકાર સતત આપોઆપ વગર વાજીંત્રે વાગે અને વગર કાને સંભળાય તેને તારી લાગી કહેવાય. કબીર સાહેબ કહે છે કે તે ઉનમુનિ સ્થિતી પ્રગટ કરીને એટલે કે અનુભવ કરીને કહુ છુ કે ત્યાં સુખ, દુઃખ વગેરે દ્વંદ્વ જેવું કાંઈ છે જ નહિં. માત્ર પરમપદ કેવળ પરમાત્મા જ છે. કે જે આખા જગત માટે શાશ્વત સુખ આપનાર છે.

નોંધ : મનની પાંચ સ્થિતિ હોય છે.

૧. જ્યારે મન ઈન્દ્રીય સાથે રાચે છે ત્યારે ખેચ્ચરી સ્થિતિ. (જાગૃત્ત)

૨. જ્યારે કલ્પના કે વિચારો કે સ્વપ્નમાં રાચે ત્યારે ભૂચરી સ્થિતિ (ખાલી મનોદશા)

૩. જ્યારે મન, હૃદયના પ્રાણની સાથે ભળે છે ત્યારે ચાંચરી સ્થિતિ (સુશુપ્ત)

૪. જ્યારે મન, જાગૃત્ત સ્વપ્ન કે સુશુપ્તથી પર ચોથી સ્થિતિમાં આવે છે તેને તુરિયા કે ઈન્દ્રિયાતિત કે અગોચરી સ્થિતિ કહેવાય છે.

૫. જ્યારે મન તુરિયાથી પણ આગળ તુરિયાતિત સ્થિતિએ પહોંચે છે ત્યારે સૂરતા શબ્દમાં સમાય જાય છે. આમ મનનો બ્રહ્મમાં લય થાય છે. તે દશાને ઉન્મુનિ કે અમની અવસ્થા કહે છે.

સાધકની સાધનાનાં ચાર પાઠ

૧. સૂરતા શબ્દની સાધના કરતાં કરતાં બીજી ભૂમિકાએ જ્યારે નામ સિધ્ધ કરે છે ત્યારે તેનો આત્મા નામરૂપે અટલે કે રામ રૂપે બને છે. મન હનુમાન રૂપે બને છે. મન સ્મરણ ભજન કરતાં કરતાં પ્રાણ સાથે ભળીને પવનકુમાર બને છે એટલે કે હનુમાન રૂપે થાય છે. આમ રામ અને હનુમાનની જોડી બનીને રામચરિત્રનો પાઠ ભજવે છે.

૨. જ્યારે સાધક સાધના કરતાં કરતાં ત્રીજી ભૂમિકાએ પહોંચશે ત્યારે નામ અને વચન એક થશે ત્યારે આત્મા કૃષ્ણનું રૂપ ધારણ કરશે અને સૂરતા કેતા મન રાધાનું સ્વરૂપ ધારણ કરશે ને આમ(સૂરતા શબ્દની)રાધા કૃષ્ણની જોડી બનીને અખંડ રાસલીલા કે કૃષ્ણકળાનો પાઠ ભજવે છે.

૩. જ્યારે સાધક ચોથી ભૂમિકાએ સાધના કરતાં કરતાં કુટસ્થ બ્રહમના સ્વરૂપે થાય છે. ત્યારે માત્ર સત્ત્વ જ રહે છે. તેને વિષ્ણુનું રૂપ કહેવાય છે ત્યારે આત્મા વિષ્ણુરૂપ બને છે. અને મન માનસરોવરમાં નાહીને પવિત્ર બનીને હંસો કે જે હું કેતા અપાન અને સો કેતા પ્રાણ, આમ બંને પ્રાણ એકરૂપ

થઈને હંસો બને છે તેને વિષ્ણુનું વાહન ગરૂડજી પણ કહેવાય છે. આમ આત્મા વિષ્ણુ અને મન ગરૂડરૂપે બનીને ત્રીજો પાઠ ભજવે છે કે જેમાં વિષ્ણુ ગરૂડ ઉપર બેસીને કૈલાસ પર્વત પર જયાં સદાશિવ બિરાજમાન છે તે સચખંડમાં જાય છે. અને સદાશિવના દર્શન કરીને પાંચમા વેદનું જ્ઞાન પણ મેળવે છે.

૪. છેલ્લે જયારે સચખંડમાં પહોંચે છે ત્યારે પોતે કુટસ્થ બ્રહ્મમાંથી પૂર્ણ બ્રહ્મમાં સમાય જાય છે. (ઉનમુનિ અવસ્થામાં મનનો બ્રહ્મમાં લય થઈ ગયેલ હોય છે તેથી માત્ર કુટસ્થ બ્રહ્મ કે આત્મા એક જ રહે છે.) અને ત્યાં પરિબ્રહ્મ પરમાત્મા એક જ રહે છે ત્યારે ત્યાંથી પાછા વળીને ભગવાનના રૂપના સ્વરૂપનો પાઠ ભગવાનની ઈચ્છા મુજબ સંત-ભકત કે અવતારી પુરુષ ભગવાન તરીકેનો શેષ પાઠ દિપાવીને પૂરો કરવાનો હોય છે. તે ચોથો પાઠ છે.

ઉપરોકત ચારેય પાઠ ભજવવા માટેની જરૂરી સતા શકિત દરેક મનુષ્યમાં સુશુપ્ત રીતે સંઘરાયને રહેલી છે. પણ મનુષ્ય પોતામાં રહેલી શકિતનો માત્ર ૦.૧૦ ટકા જ ઉપયોગ આખા (પૂર્ણ) જીવન દરમ્યાન કરે છે. જો સુશુપ્ત રહેલી શકિતને સદ્ગુરુની દયા કૃપાથી જ્ઞાન-વિજ્ઞાન મેળવીને યોગ્ય રીતે સાધના કરીને જગાડવામાં આવે તો તેવો સતા, શકિતવાન મનુષ્ય એ ચારેય પાઠ પોતાના જીવન દરમ્યાન ભજવી શકે છે અને તે વ્યકિતને પછી મનુષ્ય નહિં ગણતા ભગવાન કે અવતારી પુરુષ કહેવામાં આવે છે.

તો આપણી અંદર રહેલી શકિતને ઉજાગર કરીને તે પાઠ ભજવવાને માર્ગે આગળ વધીએ તેવી શુભેચ્છા, અને શુભ વિચારણા કરીએ.

તા. ૨૦-૦૫-૨૦૨૧ બસ એ જ...
ગોંડલ દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ,
જય ભગવાન.

:::::-:::::

૨૦. બ્રહ્મજ્ઞાન

હવે આપણે એ વિશે પણ થોડું સમજી લઈએ કે સૂરતા શબ્દનો અભ્યાસ કરતાં કરતાં જ્યારે બુધ્ધિમાં પ્રકાશ થવાથી(નાદબ્રહ્મનો પ્રકાશ)બુધ્ધિ પણ બ્રહ્મમાં સ્થિત થશે અને બુધ્ધિમાં બ્રહ્મજ્ઞાનનો ઉદય થશે. વેદનું મહાવાક્ય પણ છે કે **"પ્રજ્ઞાનમ બ્રહ્મ"** આમ બ્રહ્મજ્ઞાનવાળી બુધ્ધિવાળાને બ્રહ્મજ્ઞાની કહેવાય છે અને તે બ્રહ્મજ્ઞાન વડે જ જગતના કે સંસારના બંધનોમાંથી મુકિત મળે છે. તે વિશે પણ જરા સમજી લઈએ.

પોતે જ પોતાની મેળાએ પ્રકાશનારા અને પોતાના સ્વરૂપ વિશેનું જ્ઞાન ધરાવનારા(પ્રકાશ વિમર્શ)જીવ, જગત, ઈશ્વર તથા માયાથી પણ પર બધાને પ્રકાશિત કરનારા અને સર્વના સાક્ષી એવા બ્રહ્મને જોનાર પોતે જ બ્રહ્મરૂપ બને છે. એટલે કે સૂરતા(આત્મવૃત્તિ)જ્યારે શબ્દમાં(નાદબ્રહ્મમાં)સમાય છે તે કેતા તે સાથે એકરૂપ થાય છે ત્યારે પોતે જીવાત્મામાંથી બ્રહ્માત્મા રૂપે બને છે.

સત્ય, જ્ઞાન, આનંદ અને પૂર્ણતા જેના લક્ષણો છે અને જે અંધકારથી પર છે અને જ્ઞાન સ્વરૂપ છે એવા બ્રહ્મના આનંદને પામેલાને કર્મો બંધન કરતાં નથી. બધે રહેલા સચ્ચિદાનંદ બ્રહ્મને જ્ઞાનરૂપ આંખવાળો, જ્ઞાન દ્દષ્ટિથી જોઈ શકે છે. અને અજ્ઞાની જોઈ શકતો નથી. બ્રહ્મના જ્ઞાન વડે મનુષ્ય અમર બને છે. અને એ બ્રહ્મ પોતે જ છે. એમ જેણે જાણ્યું હોય તેને કોઈનો પણ ભય લાગતો નથી. જે જગત અજ્ઞાનીને દુઃખ ભરેલું લાગે છે તે જગત જ્ઞાનીને આનંદમય લાગે છે.

અનંત સચ્ચિદાનંદ રૂપમાં સ્થિત બનેલાને માટે બંધાયેલો કોણ અને મુકત કોણ ? હંમેશા સર્વ પ્રાણીઓમાં પોતાનું જ ચૈતન્ય સ્વરૂપ જોનારાને દેહ વગેરે બધું હોવા છતાં બ્રહ્મ દ્દષ્ટિથી બધું બ્રહ્મરૂપે જ દેખાય છે, ભિન્નરૂપે દેખાતું નથી. બ્રહ્મને જાણનારો આખા જગતને જોતો છતાં તેને પોતાના આત્માથી જુદું જોતો નથી. આથી તેનો સંસાર પ્રપંચ અનુભવમાં બિલકુલ આવતો નથી.

પણ પોતાનું સ્વરૂપ જ અનુભવમાં આવે છે. અને તેથી તેને માટે બંધન કે મોક્ષ જેવું કંઈ રહેતું નથી. સર્વ પ્રાણીઓની અંદર રહેલા ચિદાત્મારૂપે મને હું નમસ્કાર કરૂ છું. જો મારા વડે જ આખું વિશ્વ ભરાયેલું છે તો પછી મારે કરવાનું શું ? જવાનું ક્યાં ? અને લેવાનું શું ? બ્રહ્મ છે એવું જાણવું તે પરોક્ષ જ્ઞાન છે.

એમ અનુભવીને બ્રહ્મરૂપે થવું તેને બ્રહ્મનું અપરોક્ષ જ્ઞાન કહેવાય.

બંધન અને મોક્ષ એ મનનું જ કારણ છે. જો મનથી(સંકલ્પથી)હું અને મારું માનીએ તો બંધન છે. એની જગ્યાએ તું અને તારું લગાડીએ(માનીએ)તો મોક્ષ છે. બહારની અને અંદરની ચિંતા છોડી દેવી જોઈએ. અને પોતાના મૂળ સ્વરૂપમાં સ્થિત થવું જોઈએ કે જયાં કોઈ ચિંતા છે જ નહીં સંકલ્પ(વિચાર)ને લઈને જ આ જગત ભાસમાન થાય છે. માટે સંકલ્પને છોડી દઈને નિર્વિકલ્પ અવસ્થાનો આશરો લેવો જઈએ અને તેમ કરવા માટે પોતાના મૂળ સ્વરૂપ આત્મામં સ્થિત(સ્થિર)થવું જોઈએ.

ઘર, આકાશ અને મહાઆકાશ જેમ મહાઆકાશમાં રહેલા છે તેમ જીવ અને ઈશ્વર મારામાં જ રહેલા છે તેવું અનુભવવું જોઈએ. અને તેવી સ્થિતિ સાધના વડે અનુભવી શકાય છે. માટે જીવ અને ઈશ્વર વગેરેની ચિંતા છોડી દઈને(કલ્પના છોડી દઈને)માત્ર બ્રહ્મ તત્ત્વનો જ વિચાર કરવો જોઈએ. શરીર આજે પડે કે પછી હજારો વર્ષ સુધી ટકે પણ તેના વડે મારા આત્મા(ચૈતન્યરૂપ)માં કોઈ ફેરફાર થવાનો નથી. જેમ કાંચલીને છોડી દેનાર સાપને એ કાચલીમાં મમતા રહેતી નથી તેમ બ્રહ્મતત્ત્વનું ભાન (અનુભવનું અપરોક્ષ) થતાં જીવપણું રહેતું નથી.

(સાધના ત્રીજી ભૂમિકાએ સગુણ બ્રહ્મનો બોધ થવો)અને અદ્વૈત તત્ત્વનો બોધ થયા પછી વાસના રહેતી નથી.(સાધનાની પાંચમી ભૂમિકાએ કુટસ્થ બ્રહ્મનો અનુભવ થાય ત્યારે સંચિત કર્મોનો નાશ થઈ વાસના નિર્મૂળ થાય છે.)જો અજ્ઞાન જ નથી તો પછી જગત કયાંથી હોય ? એ છઠ્ઠી ભૂમિકાએ પહોંચ્યાં પછી ઈશ્વર, ગુરુ, જીવ, જગત વગેરે કયાંથી હોય ? વ્યષ્ટિ અને સમષ્ટિમાં બધે જ બ્રહ્મતત્ત્વ સિવાય બીજુ અનુભવાતું નથી. હું તો કેવળ એક ચૈતન્ય રસથી ભરેલ અને પરિપૂર્ણ બ્રહ્મ જ છું એવું ભાન થાય છે.

જેમ પાણીમાં નાંખેલું મીઠું તેમાં ઓગળીને એકરસ થઈ જાય છે તેમ આત્મા અને મનની જે એકતા તે સમાધિ કહેવાય છે. તેને નિર્વિકલ્પ સમાધિ કહે છે. તે સ્થિતિ છઠ્ઠી ભૂમિકાએ અનુભવાય છે. જેમ સંગીતના તાલ, લય અને વાજીંત્ર વગેરે પર ધ્યાન રાખવા છતાં કોઈ નૃત્ય કરતી સ્ત્રી પોતાના માથા પર રહેલ ઘડાને નીચે પડવા ન દેવો એવું ધ્યાન રાખે છે. તેમ ઝીણાંમાં ઝીણાં વિષયોને જોતા હોવા છતાંય જ્ઞાની પુરુષો પોતાની સૂરતાને પ્રણવનાદ(પૂર્ણબ્રહ્મ)માં સતત એકધારી બ્રહ્માકાર રૂપે જોડાયેલ રાખે છે. એટલે કે વેદના મહાવાકય ''અહમ બ્રહ્માસ્મિ''

પ્રમાણે બ્રહ્મરૂપે થઈને રહે છે. ક્યારેય પણ બ્રહ્મના ચિંતનની બુદ્ધિને છોડી દેતો નથી.

એક જ વસ્તું જુદી જુદી કદી પણ થાતી નથી. આથી હું અખંડ છું. કેમ કે મારાથી જુદું કંઈ નથી. જે કંઈ દેખાય છે કે સંભળાય છે તે બધું નિત્ય, શુધ્ધ, મુકત, આનંદમય, સત્ય, જ્ઞાનમય અને અનંત એવું પરબ્રહ્મ જ છે અને એ પર બ્રહ્મ હું પણ છું. તેથી હું પરબ્રહ્મ જ છું. વાદળા જેમ આકાશમાં હોવા છતાંય જેમ આકાશને સ્પર્શી શકતા નથી. પરમ જ્ઞાનીને માટે તો બધું ચૈતન્ય હોવાથી તેને જન્મ-મરણ, જવું-આવવું, મળ-નિર્મળતા, શુભ-અશુભ, લાભ-હાની, રાગ-દ્વેષ, હર્ષ-શોક વગેરે કાંઈ જ પણ દ્વંદ્વ હોતું નથી.

કદી પણ બ્રહ્મનો નાશ ન થતો હોય તે બ્રહ્મ તત્ત્વ સાથે એકરૂપ થઈને હું બ્રહ્મદશામાં કાયમને માટે સત્યરૂપ જ છું અને આનંદરૂપ છું. ધનની ઈચ્છાથી ધનની પ્રાપ્તિ માટે જેટલા પ્રયાસો કરવામાં આવે છે અને તે માટે પ્રભુની સ્તુતિ કરવામાં આવે છે તેમ જો બ્રહ્મની પ્રાપ્તિ માટે શ્રધ્ધા અને પ્રેમથી પ્રાર્થના કરીને યોગ્ય સાધના કરવામાં આવે તો તેને જીવનમુકત થવામાં કોઈપણ રોકી ન શકે અને પોતાના મૂળ સ્વરૂપ એવા બ્રહ્મ તત્ત્વને પામીને કાયમના સુખ મેળવી અમર થઈ શકે છે.

રૂપુ જેમ છીપમાં કલ્પાય છે તેમ આખું માયામય જગત બ્રહ્મમાં જ કલ્પાયેલું છે. દેહ, ઈન્દ્રિયો, પ્રાણ, મન, બુધ્ધિ, અહંકાર, ચિત્ત, માયા તેમજ આકાશ, પવન, પાણી, પ્રકાશ, જમીન, પહાડ, પશુ, પક્ષી, ઝાડ, ઘાસ વગેરે વગેરે જે કંઈ દેખાય છે કે નથી દેખાતું એવા સુક્ષ્મ રૂપે છે તે બધાં જ બ્રહ્મ તત્ત્વના વિવર્તરૂપ છે.

જેમ કે સોનામાંથી થયેલા ઘરેણાં અલગ અલગ છે પરંતુ બધામાં સોના સિવાય બીજું કંઈ નથી. ઘરેણાંના નામ, રૂપ મિથ્યા છે. તેવી જ રીતે બધાં બ્રહ્મમાંથી જ થયેલા બ્રહ્મના વિવર્ત રૂપો જ છે. બ્રહ્મ સિવાય બીજું કાંઈ પણ છે જ નહી.

બીજું દ્દષ્ટાંત લઈએ તો જેમ એચ.ટુ.ઓ.માંથી પાણી, તેમાંથી બરફ, વરાળ, ભેજ, વાદળા, વરસાદ, નદી, તળાવ, ધોધ, દરિયો, મોજા, વમળ, તરંગ, ફીણ, પરપોટા વગેરે વગેરેમાં એચ.ટુ.ઓ. તો છે જ. બધાં જુદા જુદા રૂપે વિલસી રહયો છે. તે બધાંને એચ.ટુ.ઓ.ના જ વિવર્તરૂપ કહેવાય. તેમ આખુ બ્રહ્માંડ બ્રહ્મતત્ત્વમાંથી જ બનેલું બ્રહ્મનું વિવર્તરૂપ જ છે. બ્રહ્મ સિવાય બીજું કાંઈ છે જ નહીં અને એનો

અનુભવ પણ નિર્વકલ્પ સમાધિમાં થાય છે. સાધનાની છઠ્ઠી ભૂમિકાએ એક માત્ર સચ્ચિદાનંદ બ્રહ્મરૂપ છે એવો અહેસાસ થાય છે.

જેમ પાણીના શાંત સરોવરમાં પ્રતિબિંબિત થયેલો સૂર્ય પવનની જરા લેરખી વાયાથી પાણીમાં તરંગ ઊઠતા સૂર્ય હાલતો હોય એમ લાગે છે. તેમ ચિત્તરૂપી સરોવરમાં વિષયરૂપી માયાવી વૃત્તિઓ ઉઠતા(તરંગીત થતાં)આત્માનું પ્રતિબિંબ અસ્થીર થઈ જાય છે ત્યારે અહંકારનો આભાસ થાય છે.(જેમ અજ્ઞાનથી દોરડામાં સાપનો આભાસ થાય છે.)તે અહંકાર ચેતન સાથે ભળે છે અને જીવાત્માનું રૂપ ધારણ કરી લે છે.

એટલે કે ચિત્તમાં જીવાત્માનો આભાસ થાય છે. આમ પોતાનું મૂળ આત્મસ્વરૂપ ભૂલીને અહંકારના સંબંધથી જીવાત્માનો સંસાર ચિતમાં ભાસમાન થાય છે. આમ સંસારનું મૂળ કારણ ચિત્ત જ છે. માટે ચિત્તવૃત્તિઓનો નિરોધ કરીને ચિત્તને શુધ્ધ કરવું. અને પોતાના મૂળ જ્ઞાન સ્વરૂપ એવા આત્મામાં સ્થિર થવું. હું, મારું, રાગ, દ્વેષ વગેરે ચિત્તમાં ઉત્પન્ન થવા લાગે કે તરત જ તેમને બ્રહ્મજ્ઞાન રૂપી અગ્નિથી બાળી નાંખવા જોઈએ. માણસ જેટલો પારકા દોષ જોવામાં ચાલાક હોય તેટલો જ પોતાના દોષ જોવામાં ચાલાક હોય તો તેને બંધનમાંથી મુકત થવામાં કોઈ અટકાવી ન શકે.

સિધ્ધિઓને પ્રાપ્ત કરવાના સાધનો જેવા કે મંત્ર, તંત્ર, દ્રવ્ય, ક્રિયા-કાંડ વગેરે સાધનો પરમાત્માની પ્રાપ્તિ કરવામાં તદ્દન નિરઉપયોગી છે. જેમાં બધી ઈચ્છાઓ શાંત થઈ જાય એવા આત્માનો ઉદય થયા પછી એવી સિધ્ધિઓ મેળવવાની કોની ઈચ્છા રહે ? કોઈની નહીં. માટે બ્રહ્મ વિદ્યા વડે બ્રહ્મસ્વરૂપમાં સ્થિત થવું એ સર્વોત્તમ સાધના કે સર્વોત્તમ જ્ઞાન છે.

તા. ૨૬-૦૫-૨૦૨૧ બસ એ જ...
ગોંડલ દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ,
જય ભગવાન.

:::::-:::::

૨૧. જીવનમુકત અને તેનાં લક્ષણો

સાધના કરતાં કરતાં પોતાના મૂળ સ્વરૂપ આત્મામાં સ્થિત થયેલાં સ્થિતપ્રજ્ઞની બધી મનની કામનાઓ છુટી જાય છે અને આત્મસ્વરૂપમાં રહેવાથી ખૂબ જ સંતોષ અનુભવાય છે. સુખમાં કે દુઃખમાં જેના મનમાં હર્ષ કે શોક ઉત્પન્ન થતાં નથી તે જીવન મુકત કહેવાય. રાગ, દ્વેષ, ભય, વગેરે અનુસાર બહારથી રહેતો હોવા છતાં પણ અંદરથી જે આકાશની જેમ વિકાર રહિત રહે છે તે જીવન મુકત કહેવાય. ક્રિયા કરતો હોય કે ન કરતો હોય, તે પણ જેને અહંકાર ઉત્પન્ન થતો નથી અને જેની બુદ્ધિ મલિન થતી નથી તે જીવનમુકત કહેવાય છે.

લોકો જેનાથી ઉદ્વેગ પામતા નથી, જે લોકોથી ઉદ્વેગ પામતો નથી અને જે હર્ષ, શોક, ભયથી મુકત છે તે જીવનમુકત કહેવાય. આ જગત બ્રહ્મનું વિવર્તરૂપ જ છે અને હું પણ બ્રહ્મ જ છુ. જે બધું દેખાય છે તે બધું અવાસ્તવિક છે એટલે કે નામ રૂપ મિથ્યા છે. એમ પાકો નિશ્ચય થયો હોય અને જેના ચિત્તમાં કાંઈ પણ સ્ફૂરતું નથી તેને જીવનમુકત કહેવાય છે.

કર્તાપણું, ભોકતાપણું, સુખ-દુઃખ, ચિત્ત વૃત્તિઓ વગેરે રૂપનો જે ચિત્તધર્મ છે તે કલેશરૂપ, તથા દુઃખરૂપ હોય બંધન છે. તે ચિત્તનો વિરોધ(નિરોધ)થવો તે જીવનમુકિત છે. અને પ્રારબ્ધ કર્મનો નાશ થતાં વિદેહ મુકિત મળે છે. યોગ્ય પુરૂષાર્થ વડે સાધના કરતા જયારે બીજી ભૂમિકાની આખરે સૂરતા શબ્દમાં એકરૂપ થતાં મનનું રૂપાંતર બ્રહ્મમાં થાય છે તે સ્થિતિને અસ્મિતા સમાધિ પણ કહેવાય છે.

તે સમાધિ પ્રાપ્ત થતાં જીવનમુકિત મળે છે.(તેને સમપ્રજ્ઞાત સમાધિ પણ કહે છે.)અને જયારે પાંચમી ભૂમિકાએ પહોંચે છે ત્યારે સંચિત કર્મો કે બધી, કારણ દેહમાં રહેલી વાસનાઓ, સંસ્કારો વગેરેનો નાશ થાય છે ત્યારે તે વિદેહ મુકિત પામીને જન્મ-મરણના ચક્રમાંથી પણ મુકત થાય છે.

વાસનારૂપ નદી શુભ અને અશુભ એમ બે માર્ગે ચાલે છે. તેને યોગ્ય પ્રયત્ન વડે પ્રથમ શુભમાર્ગ તરફ વાળવી અને પછી બધી વાસનાઓ છોડી દેવી. વાસના ક્ષય, મનોનાશ અને આત્મજ્ઞાન એ ત્રણે સૂરતા શબ્દના સહજ યોગ દ્વારા ક્રમ બદ્ધ પાંચમી ભૂમિકાએ પહોંચતા સિદ્ધ થાય છે.

સેંકડો પૂર્વ જન્મોના અભ્યાસને લઈને મિથ્યા સંસાર વાસના દ્રઢ થઈ ગઈ

છે અને તેથી સતત અભ્યાસ વિના તેનો નાશ થઈ શકતો નથી. વાસનામાં આસકત બનેલું મન બંધનવાળું કહેવાય છે. અને વાસના વિનાનું મન મુકત બ્રહ્મરૂપ કહેવાય છે.(કુટસ્થ બ્રહ્મ)વાસનાને છોડી દઈને માત્ર ચૈતન્ય સ્વરૂપમાં જ જે સ્થિર બને છે તે સચ્ચિદાનંદરૂપ જ બની જાય છે. સમાધિ કે બીજા કર્મો કરે કે ન કરે તો પણ જેણે અંતઃકરણ પૂર્વક બધી ઈચ્છાઓ છોડી દીધી છે તે મુકત જ છે. જેનું મન વાસના વિનાનું છે તેને કર્મ કરવાપણું કે ન કરવાપણું કંઈ જ રહેતું નથી. તેની આંખ વડે ઈન્દ્રિયો વાસના રહિત આપમેળે બહારની વસ્તુઓ તરફ જાય છે. ચિત્તરૂપી વૃક્ષનાં, પ્રાણ અને વાસનાએ બંને ભળવાથી બીજ બને છે. તેમાનાં એકનો પણ નાશ થાય તો બંને નાશ પામી જાય છે.

જયાં સુધી પરમતત્ત્વનું(બ્રહ્મનું)જ્ઞાન થયું ન હોય ત્યાં સુધી ગુરુ અને સતશાસ્ત્રના નિર્ણય પર આધાર રાખી ચાલવું. ત્યાર પછી જ્ઞાન પરિપકવ થતાં એ શુભ વાસનાઓને પણ છોડી દેવી. કારણ કે શુભ કે અશુભ એ બંને વાસના બંધનકારક છે. અશુભ વાસના લોઢાની બેડી છે અને શુભ વાસના સોનાની બેડી છે. આમ બધામાંથી મુકત થઈ સુખ, શાંતિ, સંતોષ વડે જીવન વિતાવી નિર્વાણપદને પામી જવું.

જીવનમુકતનાં લક્ષણો

જીવનમુકત અથવા સ્થિતપ્રજ્ઞતાના લક્ષણો શ્રીમદ ભગવદ્ ગીતામાં અધ્યાય-૨ માં શ્રીકૃષ્ણ-અર્જુનના સંવાદરૂપે કહેવામાં આવ્યાં છે. તે વિશે તા.૧૬-૦૩-૨૦૨૧ ના રોજ બુધ્ધિયોગમાં(પાનાં નંબર ૧૫ પર)સંક્ષિપ્તમાં વર્ણન કરેલ છે. તે બરાબર સમજી લેવું. યથાર્થ સમજવા માટે જ્ઞાનેશ્વરી ગીતામાં તેનું વર્ણન ખૂબ જ સુંદર રીતે વિસ્તારથી કરવામાં આવેલ છે. તે જાણ માટે.

આપણું રાષ્ટ્રીય ભજન કે જે મહાત્મા ગાંધીને પણ ખૂબ પ્રિય હતું અને તે પ્રમાણે આચરણ કરવા ખૂબ જ પ્રયત્નો કરતાં હતાં. તે ભકત કવિ નરસી મહેતાની રચનામાં બતાવવામાં આવેલા જીવનમુકતના લક્ષણો અહીં લખવા અસ્થાને નહીં ગણાય.

ભજન

વૈષ્ણવજન તો તેને કહીએ, જે પીડ પરાઈ જાણે રે,
પર દુઃખે ઉપકાર કરે તોયે, મન અભિમાન ન આણે રે.

પોતાના આત્મસ્વરૂપમાં સ્થિત થયેલા એવાં બ્રહ્મજ્ઞાનીને સાચો વૈષ્ણવ ત્યારે કહેવાય કે જયારે બીજાના દુઃખ કે પીડાઓ જાણીને પોતાનું હૃદય તે દુઃખ અનુભવવા લાગે અને બીજાના દુઃખ દૂર કરવા માટે પરોપકારભાવે મદદરૂપ થાય તો પણ એને એમ ન થાય કે મેં એને મદદ કરી કે હું એના દુઃખ દૂર કરવામાં ઉપયોગી થયો. તે વૈષ્ણવ તો એમ જ માનતો હોય છે કે હું તો નિમિતમાત્ર છું. પરબ્રહ્મ પરમાત્મા જ મારા મારફતે કાર્ય કરે છે. તે સેવાના કાર્યમાં નિષ્કામ ભાવ રાખીને આનંદ અનુભવે છે.

સકળ લોકમાં સૌને વંદે, નિંદા ન કરે કેની રે,
વાચ કાછ મન નિશ્ચલ રાખે, ધન ધન જનની તેની રે.

પૂર્ણ કક્ષાએ પહોંચેલા કેવળ પદમાં સ્થિત થયેલા એવા પરમ ભકતની દિવ્ય દ્દષ્ટિમાં બધે જ જયાં જુઓ ત્યાં તેને હરિના જ દર્શન થતાં હોય છે. એને હરિના રૂપ સમજીને વંદન કરે છે. અને બધામાં રહેલા સર્વસામાન્ય આત્મા, પરમાત્માનું રૂપ છે તો પછી કોની નિંદા કરવી ? એમ સમજીને પોતાની વાણી, વિષયો અને મન કેતા સૂરતા બ્રહ્મમાં અડગ રાખે.(તેમાંથી જરા પણ ચલિત ન થાય)આવા ભકતને જેને જન્મ આપીને ઉછેરીને સારા સંસ્કર આપી પાલન-પોષણ કરેલ તે માતાને પણ ધન્ય છે.

સમદ્દષ્ટિને તૃષ્ણા ત્યાગી, પર સ્ત્રી જેને માત રે,
જીહ્વા થકી અસત્ય ન બોલે, પર ધન નવ ઝાલે હાથ રે.

જેની સૂરતા શામળિયામાં ભળી ગયેલ હોય તેવા પરમ ભકતની દ્દષ્ટિમાં તો બધા હરિના રૂપ છે. કોઈ ઉચ કે કોઈ નીચ નથી. વર્ણભેદ કે જાતિભેદ નથી. ગરીબ કે તવંગર, સાધુ કે સંસારી વગેરે સાથે એક જ ભાવથી જુએ છે. એવી સમદ્દષ્ટિ કેળવાયેલી હોય છે. અને એના ચિત્તમાં ઊંડે ઊંડે પણ કોઈ જાતની આશા, અપેક્ષા, ઈચ્છા કે તૃષ્ણા વગેરે જોવા મળે નહિં તેવું નિર્મળ ચિત્ત હોય છે. અને સ્ત્રીઓ તરફની દ્દષ્ટિ પણ એવી શુદ્ધ હોય છે કે બધી સ્ત્રીઓમાં તેને તેની

મા, બહેન કે દીકરીના દર્શન થાય છે. આવી વાસના રહિત દૃષ્ટિ હોય છે અને બીજાઓ સાથે જયારે વાતો કે સત્સંગ કરશે ત્યારે પોતાના હૃદયમાં જે હશે તે જ રજુ કરશે. મનમાં કાંઈ બીજું હોય અને કહે કાંઈ તેનાથી જુદું તે અસત્ય કહેવાય. સંત હંમેશા જે જાણતા હોય તેવું સત્ય જ બોલતા હોય છે. પછી કોઈને ગમે કે ન પણ ગમે. તેની પરવા કરતા નથી. તેવા સત્ય વકતા હોય છે.

પોતાનો જીવન નિર્વાહ ચલાવવા માટે પોતે યોગ્ય પુરુષાર્થ કરીને વ્યવસ્થા કરેલી હોય છે. તેવા સંત કોઈ પણ તરફથી દાન-દક્ષિણા કે ભેટ-સોગાદ સ્વીકારશે નહિં. જોઈએ તેનાથી વધુ ધનનો સંચય પણ નહિં કરે. તે બાબતમાં કોઈના આધારે કે બંધનમાં રહેશે નહિં પણ મુકત રહેશે.

તે ભકતનું ચિત્ત યોગ્ય અભ્યાસ કે સાધના કરીને એવું તો નિર્મળ થયું હોય કે તેમાં જરાં પણ ઈન્દ્રિયોના વિષયો પ્રત્યે રાગ ન હોય એવા વિચાર વૈરાગ્ય હોય અને સંચિત કર્મોનો પણ નાશ થઈ ગયેલો હોય છે. તેથી પર વૈરાગ્યની સ્થિતિને પામી ગયેલ હોય છે.તેવી સ્થિતિવાળા ચિત્તમાં મોહ કે માયા રહી જ ન શકે. એટલે કે જોવા ન મળે અને દાખલ પણ ન થઈ શકે તેવો દઢ વૈરાગ્ય હોય છે.

રામ નામ શું તાળી વાગી, સકળ તીરથ તેના મનમાં રે,

સાધના કરતાં કરતાં નામની જાગૃતિ થઈ ગઈ અને સિધ્ધ કરીને જીવનમુકત થઈ ગયાં. નામની તાળી લાગવી એટલે બોલનારો દેખાય નહિં અને કાન વગર સંભળાય તેવા નાદબ્રહ્મને રામનામની તાળી વાગી કહેવાય. અને સાધનામાં વધુ આગળ વધીને છઠ્ઠી ભૂમિકાએ પહોંચી પોતાના મૂળ સ્વરૂપ આત્મામાં સ્થિત થાય ત્યારે બ્રહ્મ કેતા કુંડલીની સર્જન શકિત, વિષ્ણુ કેતા જ્ઞાન શકિત, મહેશ કેતા પ્રાણ શકિત.

આમ ત્રણેય શકિતઓ આત્માની સેવામાં હાજર હોય છે. અને બીજા દેવી-દેવતા જેમ કે આંખના દેવ સૂર્ય, કાનના દેવ દિશા, હાથના દેવ ઈન્દ્ર, પગના દેવ ઉપેન્દ્ર, જીભના દેવ અગ્નિ વગેરે આમ જે કોઈ જીવનમુકત પોતાના મૂળ સ્વરૂપમાં સ્થિત હોય છે તેના મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, અહંકાર, ઈન્દ્રિયો તથા પ્રાણ વગેરેના દેવો અને તેની શકિતરૂપી દેવીઓ પણ પોતપોતાના સ્થાને જાગૃત્ત રહીને કાયા નગરીનો વહીવટ કરતા હોય છે. તેથી નરસિંહ મહેતા કહે છે કે ખરા વૈશ્ણવજનમાં જગતના બધાં દેવ-દેવીઓ પ્રગટ રૂપે બિરાજમાન છે.

વણ લોભીને કપટ રહિત છે, કામ ક્રોધ નિવાર્યા રે,
ભણે નરસૈંયો તેનું દર્શન કરતાં, કૂળ એકોતેર તાર્યા રે.

ખરા જીવનમુકત વૈશ્ણવના મન, બુદ્‌ધિ, ચિત્ત વગેરે એવા શુદ્‌ધ અને પવિત્ર થઈ ગયેલ હોય છે કે તેમાં કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ વગેરે મનનાં વિકાર તથા કુળ, કપટ, લુચ્ચાઈ, ચતુરાઈ, સંદેહ, શંકા, ઈર્ષા વગેરે બુદ્‌ધિના વિક્ષેપો તથા ચિત્તમાં રહેતી વિષય વૃત્તિઓ કે અહંકારનું નામ નિશાન પણ જોવા ન મળે અને પોતાના શુદ્‌ધ આત્મ સ્વરૂપમાં જ સ્થિત હોય છે. એટલે કે આત્મા સો પરમાત્મા એ મુજબ સાચો ભગત ભગવાન તુલ્ય છે એમ સમજીને જો તેનું દર્શન કરવામાં આવે તો એકોતેર કૂળનો ઉદ્‌ધાર થાય એટલે કે સંસાર સાગરમાંથી તરી જાય.

એ એકોતેર કૂળ કયાં ? આપણાં આ દેહમાં સ્થુળ, સુક્ષ્મ અને કારણ એમ ત્રણ દેહ આવેલા છે. તેના જુદા જુદા અંગો, ઉપાંગો, ઈન્દ્રિયો, ગ્રંથીઓ, અંતઃકરણ વગેરેના તત્ત્વો દેવતાઓ અને તેની શકિતઓ વગેરે બધાં મળીને ૭૧ જુદી જુદી પ્રકૃતિરૂપે રહેલ છે તે બધાં દેવી દેવતા અને જીવનું કલ્યાણ એટલે ૭૧ કૂળ તરી ગયાં કહેવાય.

૭૧ કૂળનું એક સાથે કલ્યાણ થયું કહેવાય. તો કહેવાનું તાત્પર્ય એટલું જ છે કે જો કોઈપણ માનવ સૂરતા શબ્દની કે કોઈપણ સાધના કરીને પોતાના મૂળ સ્વરૂપમાં સ્થિત થાય તો જીવન મુકતના લક્ષણો આપોઆપ પોતાની મેળાએ સહજતાથી આવી જાય છે. સુખ, શાંતિથી, બ્રહ્મદશામાં મુકત જીવન વિતાવી નિર્વાણ પામે છે.

ગંગાસતિએ પણ જીવનમુકતના લક્ષણો બતાવતા તેની વાણીમાં કહયું છે કે...

જીવનમુકત સાધુ
(ગંગાસતિની વાણી)

એવા । શીલવંત સાધુને વારે વારે નમીએ પાનબાઈ
કે જેના બદલે નહિં વર્તમાન રે.
ચિત્તની વૃત્તિ જેની સદાય નિરમળી
કે જેને મહારાજ થયા મહેરબાન રે. ...શિલવંત
ભાઈ રે । શત્રુને મિત્ર એકેય નહી ઉરમાં,

જેને પરમારથમાં પ્રિત રે,
મન કર્મ ને વાણીએ વચનુંમા ચાલે ને,
રૂડી પાળે એવી રીત રે. ...શીલવંત
ભાઈ રે । આઠે પહોર મન મસ્ત થઈ રેવે
જેને જાગી ગયો તુરિયાનો તાર રે,
નામ રૂપ જેણે મિથ્યાં કરી જાણ્યાં ને,
સદાય એને ભજનનો આહાર રે, ...શીલવંત
સંકલ્પ, વિકલ્પ એકેય નહી ઉરમાં ને,
જેણે તોડી નાખ્યો માયાનો ફંદ રે. ...શીલવંત
ભાઈ રે । સંગતુ તમે જયારે એવાની કરશો ને,
ત્યારે ઉતરશો ભવ પાર રે,
ગંગાસતિ એમ બોલિયાં ને
જે ને વચનું સાથે વેવાર રે. ...શીલવંત

વાણીનો ટૂંકસાર :

મનુષ્યને કોઈપણ વિષયની જાણકારી કે જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવું હોય તો તે વિષયના જાણકાર, અનુભવી જ્ઞાતા પાસે જવું જોઈએ. ત્યાંથી તેને યોગ્ય માર્ગદર્શન અને તેને લગતી યુકિત, પ્રયુકિતઓ જાણવા મળશે. માટે પરમ તત્ત્વના મુમુક્ષુએ, તત્ત્વદર્શી અને તત્ત્વવેતા એવાં બ્રહ્મજ્ઞાની પાસેથી સત્સંગ દ્વારા, સંતના બોધ દ્વારા જ્ઞાન-વિજ્ઞાન જાણવું ખૂબ જ જરૂરી છે. તે સિવાય શાસ્ત્રો કે પુસ્તકોના વાંચનથી પુરી જાણકારી મળશે નહિં. એટલે સંતો-ભકતોનો સમાગમ ખુબ જરૂરી છે. તે સિવાય જ્ઞાન માટેની યુકિત-પ્રયુકિતઓ સમજી શકાય તેમ નથી. (જેમ પ્રયોગશાળામાં ડેમોસ્ટ્રેશનની જરૂર પડે) તો તેવા જીવનમુકત કે શિલવંત સાધુના લક્ષણો બતાવતા કહે છે કે...

શીલવંત સાધુને વારે વારે નમીએ, જેના બદલે નહીં વર્તમાન રે.

એટલે કે જેણે સાધનાના માર્ગે ચાલીને પૂર્ણ કક્ષાએ પહોંચીને પોતાના મૂળ સ્વરૂપ આત્મામાં સ્થિતિ કેળવી લીધી છે. અને તે સ્થિતિમાં અડગ રીતે રહેતા હોય અને ભૂત કે ભવિષ્યની જરાયે ચિંતા કર્યા વગર સતત વર્તમાન એટલે કે

વર્તમાનમાં પોતાના સ્વરૂપમાંથી જરા પણ ચલિતમાન થયા વગર સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપમાં મહાલતા હોય તેને શિલવંત સાધુ કહેવાય. અને તેવા સાધુઓના સમાગમ કરવાનું કહે છે.

ચિત્તની વૃત્તિ સદાય નિરમળી જેને મારાજ થયા છે મેરબાન રે.

એટલે કે જેણે યોગ પકાવીને ચિત્ત વૃત્તિઓ, જેવી કે અનેક પ્રકારની વાસનાઓ, ઈચ્છાઓ, આશા, તૃષ્ણા, અપેક્ષા વગેરે મન અને ઈન્દ્રિયો મારફતે દોડતી જ રહેતી હોય તે બધી વૃત્તિઓનો સંપૂર્ણપણે નિરોધ કરીને ચિત્તાભાસમાંથી ચિદાકાશ જેવી પરમ શુધ્ધ સ્થિતિ કેળવીને દેહાધ્યાસ તથા અહંકારનો પૂર્ણ રીતે ત્યાગ થઈ ગયેલો હોય અને પોતાના જ આત્માની પોતાની જ ઉપર કૃપા કે મહેરબાની થઈ હોય ત્યારે તેની ચિત્ત વૃત્તિનું રૂપાંતર સુરતામાં થઈને નિરમળીનું કાર્ય કરે છે. નિરમળી કેતા ફટકડી જેમ પાણીના મેલને દુર કરે છે તેમ પૂર્ણ કક્ષાએ પહોંચેલા સંતના પરાવાણીના શબ્દો જે કોઈ સાંભળનારના ચિત્ત સુધી પહોંચે તો તેના ચિત્તને શુધ્ધ કરે છે. (તે જીવનમુકતનું લક્ષણ છે.)

શત્રુ ને મિત્ર એકેય નહીં ઉરમાં, જેને પરમાર્થમાં પ્રિત રે.

એવા સંત કે જેના હૃદયમાં કોઈ શત્રુભાવ કે મિત્રભાવ નથી. પ્રાણીમાત્ર પ્રત્યે તે સમાનભાવે વર્તે છે. તેને મારું, પરાયું, વેરી કે વ્હાલું, શુભ કે અશુભ, હર્ષ કે શોક, લાભ કે હાની વગેરે દ્વંદપણામાંથી મુકત થઈને અદ્વૈત સ્થિતિમાં કાયમ રહેતા હોય અને એને માત્ર પરમઅર્થે જ પ્રીતી હોય છે. આમ દરેકનો આત્મા સર્વ સામાન્ય એક જ રૂપે છે તો દરેકમાં પોતાનો જ આત્મા છે. એમ સમજીને તેની સાથે વહેવાર કરે છે. એમ પોતે પોતાની સાથે વહેવાર કરે છે. આમ તુરિયાતિત સ્થિતિમાં રહીને પોતે જ બોલે ને પોતે જ સાંભળે. બ્રહ્મ લટકા કરે બ્રહ્મને પાસ. એ અનુભવી જીવનમુકત સાધુના લક્ષણ છે.

મન, વાણીને કર્મથી એ વચનુમા રહે, ને રૂડી પાળે એવી રીત રે.

હવે વચનમાં રહેવું એટલે આપણે વચન વિશે જે આગળ સમજી ગયા તે પ્રમાણે વચન એટલે પ્રણવનાદ. સતનામ કે જે રણુકાર રૂપે ગાજી વાજી રહયો છે તેને ઓળખવા કે સમજવા માટે વાણીથી ઓમકાર રૂપે બોલાય છે. લખવામાં ઓમ અક્ષરથી લખાય છે. પરંતુ તે વાણીથી પર છે અને લખવાની ભાષામાં આવતો નથી. તે ધુનાત્મક શબ્દ છે. તેથી તેને અલખ પુરુષ પણ કહેવાય છે. તે

ઈશ્વરવાચક શબ્દનું પ્રતિકરૂપે બોલવામાં અને લખવામાં આવે છે. તે ઓમ અક્ષર અને ઓહંકારવાણીથી ઈશ્વર કે બ્રહ્મ કે પરમાત્માની સાન કરવામાં આવે છે. કોઈ તેને વાણીમાં વચન, સતનામ, હુકમ, સતશબ્દો, કલમો, આકાશી અવાજ વગેરે વગેરે તે બધા જ બ્રહ્મની સાન માટેના પર્યાય શબ્દો છે. ઈશ્વરવાચક શબ્દો છે. પૂર્ણ પહોંચેલા સંત તેની સુરતાનો એ છેડો વચન સાથે અખંડ, આઠેપોર, સતત જોડી રાખે અને બીજે છેડેથી વિચાર વાણી કે કર્તવ્ય કરે છે. તેથી પોતે તો નિમિત બને છે અને તેના મારફતે વચન કેતા ઈશ્વર જ કામ કરતાં હોય તો તેનાથી બીજી કોઈ રૂડી રીત હોય શકે નહીં. એ રીતે જેનો જીવન વહેવાર ચાલતો હોય તેને જીવનમુકત કહેવાય.

ભાઈ રે આઠે પહોર મન મસ્ત થઈને રેવે જેને જાગી ગયો તુરિયાનો તાર.

સામાન્ય રીતે મનુષ્ય ત્રણ અવસ્થામાં જીવન પસાર કરતા હોય છે. જાગૃત્ત, સ્વપ્ન, સુશુપ્તિ પણ સિધ્ધ થયેલા યોગીઓ ચોથી અવસ્થા કે જેને તુરિયાવસ્થા કે સમાધિ કહેવાય છે. તેની સૂરતા સતત પોતાની મેળે, એકધારી, અખંડ, બ્રહ્માકારરૂપે જાગૃત રહે તેને તુરિયાવસ્થા કે સહજ સમાધિ કહેવાય છે. અને તે આઠે પહોર બ્રહ્માનંદમાં લહેર કરતાં હોય છે તે જીવનમુકતનું લક્ષણ છે.

નામ રૂપ જેને મિથ્યા કરી જાણયા, ને સદાય ભજનનો આહાર.

આવા સિધ્ધ થયેલા મહાપુરુષોની બુધ્ધિ પણ પ્રજ્ઞામાં રૂપાંતર થઈ ગઈ હોય છે. તે દિવ્ય દ્રષ્ટિ વડે જુએ છે ત્યારે તેને બધું પરમતત્ત્વરૂપે જ દર્શાય છે. વસ્તુના જે નામ રૂપ છે તે માત્ર બોલવા અને જોવા પૂરતા જ છે. પણ તત્ત્વરૂપે એક જ છે. જેમ માટીમાંથી બનેલા બધાં જ વાસણો નામ, રૂપથી અલગ હોય છે પણ બધામાં માટી સિવાય બીજું કાંઈ નથી. બધાનું ઉપાદાન કારણ માટી છે. તેમ આખા જગતનું અધિષ્ઠાન પરમાત્મા છે. બધા નામ રૂપ મિથ્યા છે. આવી દિવ્ય દ્રષ્ટિ હોવી એ જીવનમુકતનું લક્ષણ છે.

સંકલ્પ - વિકલ્પ એકેય નહીં ઉરમાં, ને તોડી નાખ્યો માયાનો ફંદ રે.

સામાન્ય રીતે મનુષ્યો પોતાના સત્ય સ્વરૂપ બ્રહ્મને ભૂલીને એટલે કે હું બ્રહ્મ છું તેમ નહિં સમજતાં ભ્રાંતિથી અવિદ્યાના કારણે હું પુરુષ છુ, હું સ્ત્રી છુ, હું ખેડુત છુ, કે હું વેપારી છુ, કે હું ડોકટર કે એન્જીનીયર છું વગેરે કંઈ ને કંઈ બ્રહ્મથી અલગ સંકલ્પ કરી લીધેલ હોય છે. અને ચિત્તમાં સંસ્કાર રૂપે તે સંકલ્પ

એવો તો દઢ થઈ ગયેલ હોય છે તેને જ પોતાનું સાચું સ્વરૂપ માને છે અને તેમાંથી જાતિ-ભાતી ધર્મ, ગરીબ, તવંગાર, રાજા, પ્રજા વગેરે અનેક વિકલ્પો પણ થતાં હોય છે.

તેમાંથી રાગ, દ્રેષ વગેરે દૂષણો પણ થાય છે. અને દુઃખી દુઃખી થતાં હોય છે. આ બધાં માયાને કારણે ભ્રાંતિથી અવિદ્યા, અસ્મિતા, રાગ, દ્રેષ, અભિનિવેશ વગેરે કલેશોથી ઘેરાયેલો રહે છે. પણ જીવનમુકત સિધ્ધ પુરુષે પોતાના મૂળ સ્વરૂપ આત્માને ઓળખી, પારખી, નિરખીને, નિશ્ચય કરીને કાયમ બ્રહ્મ સ્વરૂપે જ રહે છે કે જયાં માયા ફરકી પણ શકતી નથી. આમ માયાના સંકલ્પ, વિકલ્પ રૂપી ફંદામાંથી મુકત થઈ બ્રહ્મદશામાં કાયમ રહેતા હોય છે.

છેલ્લે ગંગાસતિએ કહયું છે કે જેનો વચન સાથે જ સૂરતાનો દોર લાગેલ છે એવા જીવનમુકત પુરુષોનો સંગ કરી જ્ઞાન વિજ્ઞાનનો બોધ મેળવીને તેને બતાવેલ માર્ગ પ્રમાણે ચાલશો તો જ ભવપાર ઉતરશો.

નોંધ : અત્યાર સુધી આપણે મૂળ આપણાં નિજ સ્વરૂપ આત્માને વિશે સમજવા અને તે પ્રાપ્ત થયેલ છે તેને જ પ્રાપ્ત થવા માટેના જ્ઞાન-વિજ્ઞાનની અને તેમાંય ખાસ કરીને હંસ મંત્ર, નામ, વચન, સૂરતા શબ્દનો યોગ કે નાદાનુંસંધાન વિશે બહુ વિગતવાર વિસ્તારથી નહીં પરંતુ સંક્ષિપ્ત રીતે સાત્ત્વિક બુધ્ધિશાળીને સમજાય તેમ એકને એક જ વાતને અનેક રીતે વર્ણન કરેલ છે.

અને તેમાંય મારા અનુભવ પ્રમાણે સૂરતા શબ્દની સાધનાની સાત ભૂમિકાઓ લખાણ દ્વારા સમજાવવા માટે શકય તેટલા પ્રયાસો કરવામાં આવેલ છે. તેમાં મારા અભ્યાસ દરમ્યાન મારા મનનું રૂપાંતર અથવા તો મારી સાધનાની પ્રગતિ જે ક્રમમાં થયેલ છે તેનો સાત ક્રમમાં કોઠો બનાવીને શકય તેટલું સંક્ષિપ્તમાં કરેલ છે. આ સૂરતા શબ્દનો યોગ એકદમ સહજ અને સરળ છે. પણ તે યોગ માટે યોગ્યતા હોવી જોઈએ. તેના માટે ખાસ કરીને મનની તીવ્ર ઈચ્છા, સાત્વિક અને શાર્પ બુધ્ધિ તથા સંસારમાંથી ચિત્તની ઉપરામ અવસ્થા, જો ઉપરોકત ત્રણે વસ્તુ અનુકૂળ હોય તો ખૂબ જ સરળતાથી અને સહજ રીતે સાધી શકાય છે. સાત્ત્વિક બુધ્ધિવાળા સજજન માણસો, સંસારના ખોટા રીત રિવાજો, ધર્મની અંધશ્રધ્ધા, વહેવાર ધંધામાં અનીતિ વગેરે વગેરેથી કંટાળીને સત્ય શું છે ? હું કોણ છું ? ખરેખર મારે શું કરવું જોઈએ ?

આવા શુભ વિચારોથી જેનું ચિત્ત સંસારમાંથી અનાયાસે ઉપરામ થયેલ હોય અને અનુભવી સંત સદ્ગુરુ પાસેથી સૂરતા શબ્દના જ્ઞાન-વિજ્ઞાનનો બોધ મળે તો સહજ રીતે આપણાં રોજીંદા વહેવાર-ધંધા કે જે કંઈ પ્રવૃતિઓ કરતાં કરતાં સાધી શકાય છે તેનો મને અનુભવ છે. આમાં બીજું કંઈ કરવાનું જ નથી. માત્ર જેમ છે તેમ સમજીને પોતાને પ્રાપ્ત થયેલાને જ પ્રાપ્ત થવાનું છે. વચ્ચે ખોટો હું પકડાઈ ગયેલ છે તેમાંથી મુકત થવાનું છે. તેને જ મોક્ષ કહેવાય. કે નિર્વાણ કહેવાય કે નિજ પદ એવા આત્માના પર્યાય શબ્દ છે.

સૂરતા શબ્દની સાધના દ્વારા આત્મ સ્વરૂપ તરફ આગળ વધવા માટે સાધક પ્રથમ અનાહત કેન્દ્ર જાગૃત્ત કરી સુખમણા નાડી મારફતે જાગૃત્ત થયેલી કુંડલીની શકિતનું વાયુમાં રૂપાંતર થઈને સુખમણા નાડી મારફતે ઊર્ધ્વગમન થઈને આજ્ઞાચક્ર તરફ આગળ વધે છે. આ સાધનામાં મૂળાધાર કેન્દ્ર સ્વાધિષ્ઠાન કેન્દ્ર, મણિપુર કેન્દ્ર અને વિશુધ્ધ કેન્દ્રને બાયપાસ કરીને ડાયરેક અનાહત કેન્દ્રથી આજ્ઞા કેન્દ્ર તરફ કુંડલીની શકિત આગળ વધે છે. અને આ પ્રક્રિયા અનાયાસે સાહજીકતાથી થાય છે. તેના માટે સાધકે કોઈ ખાસ પ્રયત્નો કરવાના નથી રહેતાં.

પરંતુ ઘણાં સાધકો ખાસ પ્રયત્નો જેવા કે મૂળ બંધ, જલંધર બંધ, ઉડીયાન બંધ દ્વારા હઠયોગ કે બીજા કોઈ પ્રકારની સાધના દ્વારા કુંડલીની શકિતને જાગૃત કરીને મૂળાધાર કેન્દ્રમાં નીચેની તરફ દાખલ કરે છે. અને ત્યાંથી મેરૂદંડમાં આવેલ કરોડરજજુ મારફતે ઊર્ધ્વગમન કરે છે. કુંડલીની શકિતનું વાયુમાં રૂપાંતર થઈને મૂળાધાર કેન્દ્રથી શરૂઆત કરીને સ્વાધિષ્ઠાન, મણિપુર, અનાહત, વિશુધ્ધ અને આજ્ઞા કેન્દ્ર અને છેલ્લે સહસ્ત્રદળ કમળ તરફ આગળ વધે છે. આ કરોડરજજુના માર્ગે આગળ વધે છે તે દરમ્યાન ઘણી રિધ્ધિ-સિધ્ધિનો સામનો સાધકને કરવો પડે છે.

જો સાધક રિધ્ધિ-સિધ્ધિમાં ફસાઈ જાય તો તેનો આત્મ સ્વરૂપને પામવાનો યોગ અધુરો રહે છે. અને જન્મ-મરણના ચક્રમાંથી છુટકારો થતો નથી. ભલે તેમની પાસે ગમે તેટલી સિધ્ધિઓ હોય. કારણ કે તે સિધ્ધિઓ બધી પ્રકૃતિના વિષયોની હોય છે. પણ નિજ આત્મસ્વરૂપ પ્રકૃતિથી પર છે. માટે સાધકે સાવધાન બનીને પોતાના સ્વરૂપનો અનુભવ કરીને ત્યારબાદ જે વિભૂતિયોગ(સિધ્ધિઓ)સાધવો હોય તો પાછા વળીને આજ્ઞા કેન્દ્ર, વિશુધ્ધ કેન્દ્ર, અનાહત મણિપુર સ્વાધિસ્થાન કેન્દ્ર થઈને મૂળાધાર કેન્દ્ર સુધી પહોંચવા કરોડરજજુ મારફતે પણ સિધ્ધિઓ પ્રાપ્ત

થઈ શકે છે. પણ જોખમ કાયમ રહેલ. તેમ સાધકે જાણી લેવું જરુરી છે.

તુલસીદાસની ચોપાઈ

અલ્પ તો અવધિ જીવ, તામે બોત સોચ બોત
કરને કો બહોત હે, કહાં કહાં કીજીએ
પાર નહીં પૂરાનો કા, વેદો કા અંત નાહીં
વાણી તો રસીલી બોત, કહાં કહાં કીજીએ
કાવ્ય કી કળા અનંત, પાર નહીં વિદ્યા પઠન
એસો મહા કળી કાળ, કાહું ગ્રહી લીજીએ
સબ બાતન કી એક બાત, તુલસી બતાએગા
જો જન્મ સુધારા ચાહે, તો સત નામ ગ્રહી લીજીએ.

વાણીનો ટુંકસાર :

મનુષ્ય જીવનનું એવરેજ આયુષ્ય ૮૦ થી ૧૦૦ વર્ષ ગણીએ તો ૫૦ ટકા તો પુરું થઈ ગયું હોય. બાકી રહેલ ૪૫-૫૦ વર્ષમાંથી ૭૫ ટકા ધંધા-પાણી અને ઊંઘમાં પસાર થઈ જાય છે. બાકી આપણા હાથમાં ૧૦ થી ૧૫ વર્ષ વધે. જો આયુષ્ય ૯૦ ટકાનું હોય તો અને એટલા ટૂંકા સમયમાં બીજા ઘણાં બધા કામ કરવાના હોય છે. જેમ કે સામાજીક, ધાર્મિક, રાજકીય, શારીરિક, માનસિક વગેરે અને આધ્યાત્મિક તો શું કરવું અને શું ન કરવું ? એવો પ્રશ્ન આવીને ઊભો રહેશે. અને એવી પ્રવૃત્તિઓ કરવા માટે શાસ્ત્રો, પુરાણો, ધર્મગ્રંથો તથા સંતોની વાણી વગેરે વગેરે બધામાં સારી સૂચનાઓ આપવામાં આવેલી છે.

તો તેમાંથી પણ નકકી કેમ કરવું કે શું કરવું ? કવિઓ કે સજજનોના સાહિત્યો કે સારા વિચારો તથા પ્રકૃતિ વિશેનું જ્ઞાન વિજ્ઞાનનો તો અપરંપાર છે. અને એમાંય પાછો મહા કલિકાળ છે કે તમે કાંઈ પણ કરો તો બંધનોમાં ફસાય જવાય. તો આવી સ્થિતિ સંજોગો છે તો શું કરવું ?

તો તુલસીદાસજી કહે છે કે બધી વાતની એક વાત છે કે જો જન્મ સુધારવો હોય તો સતનામ ગ્રહી લીજીએ. એટલે કે આપણી અંદર જે સતનામ રૂપે સોહંગ

શબ્દ, નાદબ્રહ્મને જાગૃત્ત કરી નામ સિદ્ધ કરી લેવાથી તેમાં સ્થિત થવાથી જીવન સફળ થઈ જશે.

સાખી : એક સાધે બસ સધાઈ, બાકી સબ સાથે સબ જાય.

તુલસીદાસજી સતનામ વિશેનો ખ્યાલ આપતાં એક ચોપાઈ દ્વારા સમજાવે છે કે...

સોહમસ્મિ ઈતિ વૃત્તિ અખંડા
દિપ શીખા સોઈ પરમ પ્રચંડા,
આતમ અનુભવ સુખ સુ પ્રકાશા,
તબ ભવ મૂળ ભેદ ભ્રમ નાશા.

વાણીનો ટૂંકસાર :

સૂરતા શબ્દની સાધના કરીને જેણે સોહમ શબ્દને જાગૃત્ત કરી તેની સૂરતા પોતાની મેળાએ અખંડ, સતત, એકધારી નાદબ્રહ્મ કેતા સોહમ શબ્દમાં જોડાઈને બ્રહ્માકાર કરી લીધેલ હોય અને નૂરતા વડે ધ્યાન ધરીને અંતર ઘટમાં દિવ્ય જ્યોતિ સ્વરૂપના દર્શન કરી લીધા હોય ત્યારે પોતાના આત્માના અનુભવનું સુખ-આનંદ પામીને નિજ આત્મસ્વરૂપમાં સ્થિત થાય છે ત્યારે ભવોભવની મૂળ ભ્રમણા, ભેદ, ભ્રાંતિ, સંચિત કર્મો, સુક્ષ્મ અહંકાર વગેરેનો નાશ થઈ જાય છે. જીવનમુકત થઈને રહે છે અને આખરે દેહ મુકિત પામીને જન્મ-મરણના ફેરાને ટાળીને કેવલ પદને પામે છે.

તા. ૩૦-૦૫-૨૦૨૧
ગોંડલ

બસ એ જ...
દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ,
જય ભગવાન.

:::::-:::::

૨૨. સદ્‌ગુરુદેવ શ્રીહરિરામ બાપાનો પત્ર

(તા. ૦૧-૧૧-૧૯૯૧, જામનગર)

શ્રી કરૂણાનિધાન, અધમ ઓધારણ, ભવસાગર તારણહાર, દયાના સાગર સદ્‌ગુરુદેવનો જય હો... જય હો... જય હો... ત્રિકાળ નમસ્કાર હો.

ગણીએ નહીં મનુષ્ય ગુરુદેવને સદ્‌ગુરુ સર્વેના સર્જનહાર
પલમાં ચાહે સો કરે, ધન્ય ધન્ય સદ્‌ગુરુ દાતાર (૧)
ગુરુ ઈશ્વરથી અધિક છે, બ્રહ્મરૂપ ભગવાન
સદ્‌ગુરુ પદ પરખતા, કટે કોટી અજ્ઞાન (૨)
ગુરુપદ પંકજ પૂજતા, ચૌદ લોક પૂજાય
શિવ વિરંગી શારદા, ગુરુ તણાં જશ ગાય (૩)
ગુરુની ગતિ ગુરુની પાસ, જેવી કસ્તુરીમાં વાસ
જ્યાં નામનો વિશ્વાસ, દિનોનાથ પૂરે તેની આશ (૪)

સ્વસ્થાન શ્રીગામ ધામ ધોરાજી મધ્યે મહાશુભ સ્થાને બિરાજમાન તે તીરથ સતધામ, તે આદિ અનાદિ મહા મૂળ ધર્મ તે મહામૂળ અનામી નામ સત વચન તે સત ભક્તિ પદને વરેલા, કેવળ એ પદ મહા અમૃત ભોજનનો આહાર કરવાવાળા તે સત મહાદેવ, ઈશ્વરી કળાના હંસ, અજર અમર નામના સોહાગી.

શ્રીગુરુ ચરણ વિશ્વાસી, તે મહાન ભક્ત શિરોમણી, આ સંસાર ભવસાગરમાં નિપજેલાં સાચા મોતી, સત આત્મદીપ જ્યોતિ સ્વરૂપ, સત સોહંગ પ્રકાશી અમારા પ્રાણમય વ્હાલા ભાઈ શ્રી દિલસુખભાઈ કરમશીભાઈ ભડાણિયા તથા અ.સૌ.ઉષાબેન, કિરણ, દિશા, પારસ તથા સોહંગ અને આપનાં કુટુંબ પરિવાર સહિત તથા સર્વે સત પરિવાર તથા તમારા સાથમાં સર્વે સત્સંગ મંડળના સમસ્ત ભાઈઓ તથા તે સાથ બહેનો, બાઈઓ અમારી દીકરોઓ સાથ સર્વેના બાળ બચ્ચા તે સાથ સર્વેના સગા સંબંધી, હેતુ મિત્રમંડળ સહિત તે તમારી સાથ સર્વેના ઘરના જીવ શિવ હંસ પ્રાણીમાત્રને અનાથોનો નાથ શ્રી ગુરુ રૂઘનાથ, દેવળવાળો દેવ તે શ્રી સદ્‌ગુરુદેવ પોતે, તે તેમની દિવ્ય દ્દષ્ટિ, સત દુઆ કૃપા થકી આપ સૌની સત આત્મ બુદ્ધિ

પ્રકાશ, સત શુભ સ્મૃતિ ઘણી તે ઘણી અવિચળ રાખેજી.

અને તે તમોને તમારા સ્થૂળ દેહમાં નરવાઈ રાખેજી. અને તમારા માલ, થાલ, જીવ જીવાઈ, કામ કમાણી, ઉધ્ધમ ધંધા રોજગારમાં તે કુદરત તમોને ઘણો જ લાભ, બરકત આપેજી. અને તે હરિ શ્રી સદ્‌ગુરુ દેવના સત પ્રભુ ઈશ્વરના તે સતનામ વચન સ્મરણ ધ્યાનમાં તે કુદરત તમારી સદ્‌બુધ્ધિ જ રાખેજી. તે સર્વ ધ્યાનથી તમારી સહાયતા કરી કુદરત તમોને સદાને માટે સુખી જ રાખેજી. તે સાથે સર્વેની સુખાકારી, સત કુશળતા ચાહીએ છીએ. આપ સૌ હંસો, શ્રીકૃષ્ણ રાધાવર સ્વામિની સતધારા તે સત વચન વડે ખેમ કુશળ હોશોજી. એવી અમો ગુરુ ચરણમાં અરજી ગુજારીએ છીએ.

બોલો શ્રી સદ્‌ગુરુ દેવનો જય હો... જય હો... જય હો.

એતાન શ્રી ગામ ધામ જામનગરથી લી. સંત ચરણરજ દાસાનુદાસ હરિરામ વીરજી તથા અમારા ઘરેથી મણિબાઈ તે સાથ ઘર, કુટુંબ, પરિવાર તથા સાથ સર્વે સત પરિવાર, સત ભકત મંડળ, તે ત્રિવેણી તિરથ, ગત ગંગોત્રીના જય શ્રીહરિ. શ્રીસદ્‌ગુરુ પ્રણામ, સત રામ રામ, દુવા આશિષ, યથા ઘટિત તે તમો સાથ સર્વે સત્સંગી ભાઈઓ સાથે મળીને મહામોજ ખુશી આનંદ ને વખતે વાંચશોજી.

જુઓ ભાઈઓ...

સદ્‌ગુરુ વિના ઘોર અંધારા, ભ્રમણા કોઈની ન ભાંગી
હિન્દુ મુસલમાન સુણો જોગી ભોગી વૈરાગી (૧)
સદ્‌ગુરુ મીલે તબ ઉતારે અજ્ઞાન કેરા પડલા
લાગે શબ્દની ચોટ એના જ ઉઘડયાં તાળા (૨)
રાજા પ્રજાને ભેખ સબે અપેન કુ તાણે
કોટી કુટે જ્ઞાન શબ્દના ભેદ ન જાણે (૩)
ભકિત ખાંડા ધાર મોજ મરજીવા માણે
સમજે વિરલા સંત ઓર સબ જનમ ગુમાવે (૪)
હરિગુરુ સંત કૃપા કરે ટળે સકળ સંદેહ
પરમ પુરુષ પરમાત્મા પુરણ પ્રગટે નેહ (૫)
નેહ વિના ન મળે હરી કરીએ કોટી ઉપાય

બીજા સાધન બહુ કરે હૃદય શુધ્ધ નવ થાય (૬)
છુટવાનો ઉપાય કરે તેમ તેમ જીવ બંધાય
આપ બળે છૂટે નહીં છોડે ત્રિભુવન રાય (૭)
પઢે વેદ પુરાણ પ્રભુ ઘર પાર ન પાવે
કરે તિરથ વ્રત કરોડ, તો ય જીવ ચોરાસીમાં જાવે (૮)
જીવ ચોરાસીમાં જાવે ભવસાગરમાં સદાય ભટકે
વર્ણાશ્રમ, વાળામાંય અજ્ઞાન અંધારે અટકે (૯)
કહે શિવજી સુણો સતિ ગુરુ વિના ગોથા ખાવે
પઢે વેદ પૂરાણ પ્રભુ ઘર પાર ન પાવે (૧૦)
સદ્દગુરુ શરણ વિના ભકિતનો જાણે નહીં ભેદ
કરોડ વર્ષ તપસ્યાયું કરે ને મરને વાંચે વેદ (૧૧)
વાંચે મરને વેદ અહંકાર અદકો થાવે
ફોગટ સંશયમાં ફસાય સ્થિર વૃત્તિ ના થાવે (૧૨)
સદ્દગુરુનું શરણ શોધી કરી વચનમાં રાખે વિશ્વાસ
કપટ તજીને સેવા કરે તો સાહેબ મળે આપો આપ (૧૩)

બીજું કે જુઓ ભાઈઓ... તમારી પૂર્વની કમાઈથી આ સત ભકિતનો તમોને ભેદ મળ્યો છે. તો ડગલે ને પગલે ગુરુના ગુણ ગાવા અને શ્વાસ ઉચ્છવાસે સ્મરણ કરવુ અને હરદમ હરદમ અર્પણ કરવા. તો સહેજે ભવસાગર તરાય. તો ભાઈઓ સદગુરુનો બોધ મળ્યાં પછી કોની ગરજ પડે. વચન સમજયાં પછી તો વચન પાલખી છે, અને નામ સમજયાં પછી નામ દોરી છે. હવે વચનરૂપી પાલખીમાં બેસીને નામની પકડો દોરી તો પછી સંસારરૂપી દરિયો શું નાખવો ડોળી. નામ, વચન અને ગુરુ આ ત્રિવેણીમાં રોજ સ્નાન કરવું. તો તે ઘેર છે ગંગા અને જમના. આ ગુરુનું નામ અમર છે અને વચન અજર છે. બેંક બેલેન્સ છે. જે દેખાય છે અને નથી દેખાતું તે છે બધો વચનનો વિસ્તાર, પણ નથી સમજાતું અને નથી દેખાતું તેનું એક જ કારણ છે, કે આપણો દેહ ડહોળા પાણી જેવો છે. જો મનને વચનમાં બેસાડી દઈએ અને નામ સ્મરણ કરીએ તો ડોળ બેસી જાય અને નીર ચોખ્ખા થાય તો આપોઆપ દેખાય અને આપોઆપ સમજાય. તો તમો

આપોઆપ પરમાર્થ કરી શકો છો.

આ સદ્‌ગુરુના નામ, વચનની અખંડ ધારા છે. પીઓ અને પાવ આવાં પરમાર્થના પ્યાસી થાવ. તો જેને તમે માનો છો તે આંધળો નથી અને બહેરો પણ નથી અને ભેગો જ છે.

ગુરુ મિલા તો સમ મિલા, નહીં તો મિલા નહીં કોય
એક સાધ્યે સબ સધાય, બાકી સબ સાધ્યે સબ જાય.

ગુરુને મનાવો, રીઝવો તો બધું રીઝેલુ જ પડયું છે. ગુરુના ચરણ જયાં હોય ત્યાં સારું જ હોય. સ્વર્ગ જ હોય, નરક ન હોય. આઠે પહોર આનંદ, અખંડ લીલા લહેર, નિતના મેળા, નિત શિરાત્રિયું આવા આનંદના ઓઘ અને પ્રેમના પૂર બે કાંઠા ભીડીને જાય છે. અને જીવ મન મટૂકીને લઈને અવની મોઝાર ફરવા આવ્યો. આ મન મટૂકી ભરવા માટે સરોવરરૂપી સંત મળ્યાં તો મટૂકી ભરાણી. પણ મટૂકી ભરીને ભાગજોમા. જે ભાગ્યાં તેના સરોવર ખૂટી ગયા. અને મટૂકી ફૂટી ગઈ. પણ જયાંથી ભરી ત્યાં જ તેણે મુકી દીધી તો સરોવર ખૂટયું નહીં અને મટૂકી ફૂટી નહીં.

બારદાન શિખે સોદો થઈ ગયો. આ ગુરુ ચરણે અર્પણ થયાનું પ્રમાણ છે. પછીતો જેવું જાણે તેવું માણે. જેવા અર્પણ તેવા પ્રગટ છે. માટે ખરી વૃત્તિથી રમો, જમો તો આ ખાધે ખૂટતું નથી. આ અખંડ ખજાનો છે. ગુરુ સામે કમાઈ તો એવી કરવી કે કાંઈ માંગાઈ નહીં પણ ગુરુ શરણમાં સમાયને રહેવાય. નામ, વચનને જાણો અને પોતાના આત્માને અને સદ્‌ગુરુને જાણો તો આ ચાર જુગની ચોપાઈ પુરી થાય.

ચાર જુગની વાત આ ચોપાઈમાં સમાયેલી છે. આ જતિ સતિનો પાઠ આશરા ધર્મનો મળ્યો છે. તો આશરા ધર્મમાં રહીને પોતે પોતાના આત્માનું ભાન કરવું છે. તે પરમ ધર્મની વાત છે. તે દરેક મનુષ્યનો સર્વધર્મ છે. તો વચન છે તે સુખની પાલખી છે તે તેની સાથે પકડો આ નામની દોરી તો મટે કાયમની હોળી. આવો ખમૈયાનો ખલકો પેરી જેણે રાખી નામ વચનની ટેક પેરી લીધા બ્રહ્મ ભેખ. રંગ રણુકારથી રંગેલ તે તો આપોઆપ અલેખ. તો અકળ કળાના અવતારી આપોઆપ પ્રગટ થાય. જેણે આ જગત બનાવ્યું. તે માના પેટમાં કયારેય આવતા નથી તે ભગવાનનો જ આપણે પરિવાર છીએ. તો આ મૂળ માવતરને અને મૂળ ઘરને ભૂલવું નહિં તે આપણો મૂળ દેશ છે. આ તો વિદેશમાંથી આ દેશમાં રમવા આવ્યા છીએ. હવે પાછુ તે દેશમાં જવું હોય તો સદ્‌ગુરુના ઉપદેશ વિના આ મૂળ દેશ આવતો નથી.

તો આ કોઈ પંથની કે સંપ્રદાયની વાત નથી. આ તો જેમ છે તેમ સમજવું છે. અને ખોટી સમજ હોય તે છોડો. ભાઈઓ આ તો ગમ-દમના લાડવા છે. ગણપતિનું ગુંજુ કરીને ખમૈયાના ખલકા નાખવા, ડગલે ને પગલે ગુરુના ગુણ ગાવા અને ભૂખ લાગે ત્યારે ખાવા. હાલ બસ એ જ...

બોલો સદ્‌ગુરુ દેવનો જય હો... જય હો... જય હો.

જય જય કાર હો, ત્રિકાળ નમસ્કાર હો....

નોંધ : આ નામ, વચનને ખોલીને જોશો તો સદ્‌ગુરુના સ્વરૂપનું રૂપ ગુરુએ બતાવેલ વિજ્ઞાન પ્રમાણે અભ્યાસ કરવાથી ઓળખાશે. જે પદ આપણે સમજયાં છીએ અને સમજાવીએ છીએ તે પદમાં સ્થિરતા રાખવી એવી અમો ગુરુ ચરણમાં રહી દુવા આશિષ પાઠવીએ છીએ.

લી. સંત ચરણરજ દાસાનુંદાસ હરિરામ વીરજી જોષી.
તથા ઘર પરિવાર તથા સત પરિવારના
જય સદ્‌ગુરુ સાહેબ
દુવા આશિષ આપ સૌ
યથા ઘટિત વાંચશોજી.

:::::-:::::

૨૩. સદ્ગુરુદેવ શ્રીહરિરામબાપાનો સત્સંગ

(જામનગરની વસઈવાડી)

તા. ૨૨-૦૧-૧૯૯૫

સત્સંગની શરૂઆત કરતા બાપાશ્રીએ કહ્યું કે....

૧. ''સત્ય બ્રહ્મ છે.''

તે વિશે ટૂંકી સમજ આપતાં કહ્યું છે કે સત્ય એટલે આપણો આત્મા.

૨. ''બ્રહ્મનું અને આપણું સ્વરૂપ એક જ છે.''

એટલે કે આપણો આત્મા એ જ બ્રહ્મનું સ્વરૂપ છે.

૩. ''બુધ્ધિની આસ્તિકતા વધારવી.''

એટલે આત્મનિષ્ઠા, બુધ્ધિમાં દૃઢ કરવી.

૪. ''આસ્તિક બુધ્ધિ માટે કર્તવ્ય નિષ્ઠા જોઈએ.''

કયા કર્તવ્યની નિષ્ઠા ?

કર્તવ્ય એટલે કયુ કર્તવ્ય ? (કે જેમાં નિષ્ઠા રાખે)

તો વચનમાં આત્મા પરમાત્માની નિષ્ઠા બાંધીને ધ્યાન કરવું અને જે નામ આપ્યું છે તેનું એક ચિતે સમરણ કરવું. આ કર્તવ્યનિષ્ઠાથી બુધ્ધિમાં આસ્તિકતા વધે છે.(પ્રજ્ઞાવાન થાય છે - ત્રિવિધ પ્રમાણે ધ્યાન કરવું એ જ કર્તવ્ય છે અને તે જ નિષ્ઠાપૂર્વક કરવું)

ઉપરનાં ચારેય મહાવાકયો બાપાશ્રીએ લખાવેલ છે. અને તેની બાજુમાં લખાયેલા શબ્દો પણ ઉપરોકત ચારેય વાકયો વિશેની ટૂંકી સમજ પણ બાપાશ્રીએ લખાવેલ હતી.

આ જ વાત વિશેષરૂપે સમજવામાં આવે તે માટે છાંદોગ્ય ઉપનિષદમાં નારદજી અને સનતકુમારો વચ્ચે બ્રહ્મવિદ્યાનો ઉપદેશ સંવાદરૂપે છે. તેનો આધાર લઈને નીચે મુજબનો સત્સંગ આપેલ હતો.

નારદજી અને સનકાદિકના દૃષ્ટાંતની શરૂઆત કરતાં પૂજ્ય બાપાશ્રીએ ઉચાર્યુ કે નારદજી સનકાદિક પાસે આવ્યા અને અરજ કરી કે મને શાંતિનો બોધ આપો. એટલે સનકાદીકે તેમને પૂછયું કે તમે શું શું જાણો છો ?

નારદજીએ પ્રત્યુતર આપ્યો કે ચાર વેદ, ઉપનિષદો, પૂરાણો, તર્કશાસ્ત્ર, વ્યાકરણ અને બીજા ઘણાં શાસ્ત્રોનો મેં અભ્યાસ કર્યો છે. આ બધું જાણવા છતાં હું આત્મવેતા નથી. અને મને શાંતિ નથી. આનંદ આવતો નથી.

એટલે સનકાદિકે કહયું કે તમે આ બધા શાસ્ત્રો જે કહયા તે તમે વાંચ્યા છે પણ તેને તમે જાણતા નથી. તમે કફત તેના નામ (શબ્દાર્થ) જાણો છો માટે નામ બ્રહ્મ છે.

નામ : નામ બ્રહ્મ છે એમ સમજી અને નામની ઉપાસના કરો. અહીં નામ એટલે શાસ્ત્રોમાં શીર્ષક કહ્યાં છે તે શીર્ષક નામની ઉપાસના સમજવી. જે સદ્દ્ગુરુ નામ આપે છે તે ન સમજવું. આવી બાપાશ્રીએ ચોખવટ કરેલી.

નામ બ્રહ્મ છે તેની ઉપાસના કરી નારદજી સનતકુમાર પાસે આવ્યાં અને પૂછયું કે હવે નામથી ઉપર કાંઈ છે ? જો હોય તો કૃપા કરી મને કહો.

સનતકુમારે જવાબ આપ્યો કે... હા, વાણી...

વાણી નામથી ઉપર છે. કારણ કે વાણી વગર નામ ન બોલાય. માટે તમે હવે વાણી બ્રહ્મ છે. એમ સમજીને વાણીની ઉપાસના કરો. ફરી ઉપાસના કરી નારદજી આવ્યા અને કહયું કે વાણીથી ઉપર કાંઈ છે ? સનતકુમારે કહયું... હા જ્ઞાન...

વાણીથી ઉપર જ્ઞાન છે. કારણ કે જ્ઞાન વગર વાણી સ્ફૂરે નહિં માટે તમો જ્ઞાન બ્રહ્મ છે. તેની ઉપાસના કરો તો તે પ્રમાણે ઉપાસના કરી ફરી પાછા આવ્યા અને પૂછયું કે જ્ઞાનથી ઉપર કાંઈ છે ?

સનતકુમારે કહયું... હા, મન...

જ્ઞાનથી ઉપર મન છે. કારણ કે પ્રથમ જ્ઞાન મનમાં થાય છે. મન બ્રહમ છે. તેની ઉપાસના કરો. તે પ્રમાણે ઉપાસના કરીને ફરી પાછા આવ્યા અને પૂછયું કે મનથી ઉપર કાંઈ છે ?

સનતકુમારે કહયું... હા, સંકલ્પ...

મનથી ઉપર સંકલ્પ છે. કારણ કે સંકલ્પથી જ મન ક્રિયાશીલ થાય છે અને કાર્ય કરે છે. માટે સંકલ્પ બ્રહ્મ છે. તેની ઉપાસના કરો. ફરી કહ્યું સંકલ્પથી ઉપર કાંઈ છે ?

સનતકુમારે કહ્યું... હા, બુદ્ધિ...

સંકલ્પ ઉપર બુદ્ધિ છે. કારણ કે બુદ્ધિના નિશ્ચયથી જ સંકલ્પ થાય છે. માટે બુદ્ધિ બ્રહ્મ છે. તેની ઉપાસના કરો. નારદજીએ ઉપાસના કરીને પાછા આવ્યાં અને કહ્યું કે બુદ્ધિથી ઉપર કાંઈ છે ?

સનતકુમારે કહ્યું... હા, ચિત્ત...

બુદ્ધિથી ઉપર ચિત્ત છે. કારણ કે નિશ્ચયોના અંકુર ચિત્તમાંથી સ્ફૂરે છે. માટે ચિત્ત બ્રહ્મ છે. તેની ઉપાસના કરો. તેમ ઉપાસના કરી ફરી કહ્યું કે ચિત્તથી ઉપર હવે કાંઈ છે ?

સનતકુમારે કહ્યું... હા, ધ્યાન...

ચિત્તથી ઉપર ધ્યાન છે. કારણ કે ધ્યાનથી ચિત્તની સ્થિરતા થાય છે. માટે ધ્યાન બ્રહ્મ છે. તેની ઉપાસના કરો. તે ઉપાસના કરી ફરી નારદજીએ પૂછ્યું કે હવે ધ્યાનની ઉપર કાંઈ છે ?

સનતકુમારે કહ્યું... હા, બળ...

ધ્યાનથી ઉપર બળ છે. કારણ કે નિર્બળથી ધ્યાન થતું નથી માટે શરીરમાં બળ જોઈએ તેથી બળની ઉપાસના કરો. તે પ્રમાણે કરીને ફરી નારદજીએ પૂછ્યું કે બળથી ઉપર કાંઈ છે ?

સનતકુમારે કહ્યું... હા, અન્ન...

બળથી ઉપર અન્ન છે. કારણ કે અન્ન વગર બળ આવતું નથી. માટે અન્ન બ્રહ્મ છે. તેની ઉપાસના કરો. તેમ કરી ફરી પૂછ્યું કે અન્નથી ઉપર કાંઈ છે ?

સનતકુમારે કહ્યું... હા, જળ...

અન્નથી ઉપર જળ છે. કારણ કે જળ (પાણી) વગર અન્ન નિપજતું નથી. માટે જળ બ્રહ્મ છે. તેની ઉપાસના કરો. તો તેની પણ ઉપાસના કરી અને પૂછ્યું કે જળથી ઉપર કાંઈ છે ?

સનતકુમારે કહ્યું... હા, તેજ...

જળથી ઉપર તેજ છે. કારણ કે તેજથી જ પાણી અને પૃથ્વીનું અસ્તિત્વ છે. માટે તેજ બ્રહ્મ છે. તેની ઉપાસના કરો. તે ઉપાસના કરીને ફરી પૂછયું કે તેજથી ઉપર કાંઈ છે ?

સનતકુમારે કહયું... હા, પ્રાણ...

તેજથી ઉપર પ્રાણ છે. કારણ કે પ્રાણવાયું તેજનો આધાર છે. માટે પ્રાણ બ્રહ્મ છે. તેની ઉપાસના કરો. તે ઉપાસના કરી ફરી નારદજીએ પૂછયું કે પ્રાણથી ઉપર કાંઈ છે ?

સનતકુમારે કહયું... હા, આકાશ...

પ્રાણથી ઉપર આકાશ છે. કારણ કે વાયુ ઉપર આકાશમાં જ ઘુમી રહયો છે. માટે આકાશ બ્રહ્મ છે. તેની ઉપાસના કરો. તે પ્રમાણે ઉપાસના કરી ફરી નારદજીએ પૂછયું કે આકાશથી ઉપર કાંઈ છે ?

સનતકુમારે કહયું... હા, સ્મરણ...

આકાશથી ઉપર સ્મરણ છે. કારણ કે આકાશમાં તો બધું છે પણ તેનું સ્મરણ કરીએ તો સનમુખ આવે એટલે સ્મરણ આકાશથી ઉપર છે. માટે સ્મરણ બ્રહ્મ છે. તેની ઉપાસના કરો. તે પ્રમાણે કરીને ફરી નારદજીએ પૂછયું કે સ્મરણથી ઉપર કાંઈ છે ?

સનતકુમારે કહયું... હા, આશા...

સ્મરણથી ઉપર આશા છે. કારણ કે આશા વગર સ્મરણ ન થઈ શકે. માટે આશા સ્મરણથી ઉપર છે. માટે આશા બ્રહ્મ છે. તેની ઉપાસના કરો. તે પ્રમાણે ઉપાસના કરીને સિદ્ધ કરીને પછી પૂછયું કે હવે આશાથી ઉપર કાંઈ છે ?

સનતકુમારે કહયું... હા, શ્રદ્ધા...

આશાથી ઉપર શ્રદ્ધા છે. કારણ કે જો શ્રદ્ધા ન હોય તો આશા નિરાશામાં પલટાઈ જાય છે. માટે શ્રદ્ધા જોઈએ. તો શ્રદ્ધાની ઉપાસના કરો. તે પ્રમાણે કરીને ફરી નારદજીએ કહયું કે શ્રદ્ધાથી ઉપર કાંઈ છે ?

સનતકુમારે કહયું... હા, સ્વરૂપ...

શ્રદ્ધાથી ઉપર સ્વરૂપ છે. કારણ કે શ્રદ્ધા ઘણાં પ્રકારની હોય તેમાં કોની શ્રેષ્ઠ શ્રદ્ધા ગણવી ? નિજ સ્વરૂપ હોય તો જ શ્રદ્ધા કરી શકાય. તેના આધારે છે. માટે નિજ સ્વરૂપ શ્રદ્ધા ઉપર ગણવું માટે નિજ સ્વરૂપ બ્રહ્મ છે. તેની ઉપાસના

કરો. તે પ્રમાણે ઉપાસના કરી ફરી નારદજીએ પૂછ્યું કે હવે નીજ સ્વરૂપ ઉપર કાંઈ છે ?

સનતકુમારે કહ્યું... હા, નિષ્ઠા...

નિજ સ્વરૂપથી ઉપર નિષ્ઠા છે. કારણ કે નિજ સ્વરૂપમાં શ્રધ્ધા હોય પણ જો નિષ્ઠા ન હોય તો નિજ સ્વરૂપની શ્રધ્ધા ટકતી નથી. માટે નિષ્ઠા અધિકતર બ્રહ્મ છે. તેની ઉપાસના કરો. નારદજીએ એ ઉપાસના કરી અને ફરી પૂછ્યું કે નિષ્ઠાથી ઉપર કાંઈ છે ?

સનતકુમારે કહ્યું... હા, બ્રહ્મ...

નિષ્ઠાથી ઉપર બ્રહ્મ છે. કારણ કે બ્રહ્મ સત્ય છે. અને સત્યને આધારે નિષ્ઠા ટકી શકે. અને ઈ બ્રહ્મ જો બોલતું-ચાલતું મનુષ્ય દેહ ધરાવતું સગુણરૂપ સદ્‌ગુરુ રૂપે મળે તો ઈ સગુણ બ્રહ્મની પૂજા એ વ્યકિત પૂજા નથી પણ બ્રહ્મનીએ ઉપર પરિબ્રહ્મની પૂજા છે. એમ સમજવું જોઈએ. જો એમ સમજીને પૂજા કરવામાં આવે તો સનકાદિકે નારદજીને સૂચવેલી બધી ઉપાસના સગુણ બ્રહ્મની ઉપાસનામાં આવી જાય છે અને નારદજીના મૂળ પ્રશ્નનું સમાધાન થઈ જાય છે. અને તે પ્રમાણે ઉપાસના કરતાં હૃદયમાં શાંતિ અને આનંદનો ઓધ વહેવા લાગ્યા. ત્યારે નારદજીને સદ્‌ગુરુનો મહિમા અને સદ્‌ગુરુના જ્ઞાન-વિજ્ઞાનની જરૂરિયાતનો ખરો ખ્યાલ આવ્યો. અને સ્વિકાર્યુ કે બ્રહ્મનિષ્ઠ, બ્રહ્મજ્ઞાની અને બ્રહ્મવેતા જો સદ્‌ગુરુ રૂપે મળે તો જ તેના બોધ વડે જીવનું કલ્યાણ થાય છે. એટલે કે જીવનું બ્રહ્મદશામાં પરિવર્તન આવે છે ને અંતે નિર્વાણપદને પામે છે.

બસ એ જ સર્વ દાતા સદ્‌ગુરુનો જય હો... જય હો... જય હો. ત્રિકાળ નમસ્કાર હો. બોલીને સત્સંગને બાપાએ વિરામ આપ્યો હતો.

તા. ૨૦-૦૬-૨૦૨૧
ગોંડલ

બસ એ જ...
શ્રીગુરુ સંત ચરણરજ
દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ.

:::::-:::::

૨૪. નાયરોબી સત્સંગીઓને પત્ર

મોકલનાર :

દિલસુખ કે. ભડાણિયા, જામનગર. તા.૨૦-૦૭-૧૯૯૧ જામનગર.

સત શ્રીહરિરામ સત મણિમા

અધમ ઓધારણ, ભવસાગર, તારણહાર, દયાનિધાન, કૃપાસિંધુ, અનાથોના નાથ, પરિબ્રહ્મ, પરમાત્મા, સર્વદાતા, સદ્‌ગુરુદેવ સત શ્રીહરિરામ બાપાનો જય હો... જય હો... જય હો... જય જય કાર હો... ત્રિકાળ નમસ્કાર હો. જગત જનની જગદંબાના સ્વરૂપ સતિમા મણિમાની જય હો... જય હો... જય હો... જય જય કાર હો. ત્રિકાળ નમસ્કાર હો.

ગુરુપદ વંદી ઓચરું હું છું બાળક અબુધ અજાણ,
અપરાધ સામું ન જોશો દયાનિધી, બોલ્યું - અબોલ્યું કરીને પ્રમાણ.
ગુરુના નાવે હું ચડી, તો સહજમાં આવ્યાં સાગર પાર.
હોડી ને હેલા કંઈ ન નડયાં, સદ્‌ગુરુ સાવધ હાંકણ હાર.
વેપાર કીધો હરિ નામનો, કીધાં ગુરુરૂપી દલાલ,
માલ વોરાવ્યો અમને સુગમને સોંઘો કરી પલમાં કિધાં ન્યાલ.
ગુરુ મહિમાનો પાર હું કેમ લહું. થાકયાં સરસ્વતીને વેદ,
શિવ સનકાદી નવ લહી શકે. તેવો ભારે ગુરુ ગુણનો ભેદ.
ગોવિંદથી ગુરુ છે અદકેરાં, સદ્‌ગુરુ દયાનિધાન.
તન મન ધન અરપી સેવા કરું, નામે નરસી કરે પ્રણામ.

સ્વસ્થાન શ્રી ગામ ધામ નાઈરોબી મહા શુભ સ્થાને બિરાજમાન, સર્વે શુભોપમા લાયક, આદિ-અનાદિ, મહા મૂળનામ, તે સત વચન, સતભકિતને વરેલા અજર અમર નામના સોહાગી મહાદેવ, ઈશ્વરી કળાના હંસ, શ્રીસદ્‌ગુરુ ચરણનાં વિશ્વાસી એવા અમારા આદરણીય વ્હાલા આત્મબંધુ ભાઈ શ્રી બચુભાઈ તથા તે સાથ સતપરિવારના ભાઈઓ, બહેનો, બાળકો તથા સર્વેના કુટુંબીજનો, મિત્રો, ધર્મપ્રેમીઓ તથા આજુબાજુના ગામડા કે શહેરના ભૂલ્યાં ચૂકયાં સર્વે સત પરિવારના ભાઈઓ, બહેનો, બાળકો સર્વેને તથા સર્વે ઘરના જીવ શિવ પ્રાણીઓને અનાથોનાનાથ, રામ રૃઘનાથ, દેહમાં રહેલો દેવળવાળો દેવ, તે સદ્‌ગુરુ દેવ પોતે, તેમની દિવ્યદષ્ટિ, સતદુવા-કૃપા થકી, સર્વની સતઆત્મબુદ્ધિ, સતપ્રકાશ, સતશુભસ્મૃતિ, ઘણી તે ઘણી જ અવિચળ રાખે તથા સ્થૂળ દેહથી

નિરોગી રાખે અને કામ ધંધા રોજી કમાણીમાં બરકત આપે અને સદા સુખી રાખે તથા સતનામ સ્મરણમાં સદાય સત વરતી આપે એવી ગુરુ મહારાજના ચરણમાં રહીને અરજુ ગુજારીએ છીએ.

એતાન શ્રી ગામ ધામ જામનગરથી લી. સંત ચરણરજ દાસાનુંદાસ ભાઈશ્રી દિલસુખભાઈ તથા અ.સૌ.ઉષાબહેન અને ભાઈશ્રી માણેકભાઈ તથા અ.સૌ. રમાબહેનના તથા જામનગર ગુરુદ્વારેથી સત પરિવારના સર્વે ભાઈઓ-બહેનોના સદ્‌ગુરુ પ્રણામ. સત હરિરામ, જય સદ્‌ગુરુ સાહેબ, ગુરુપૂર્ણિમા નિમિતે પાઠવીએ છીએ. જે આપની ખુશી મહામોજ આનંદ ને વખતે વાંચી સ્વીકારશોજી. એવી નમ્ર અરજ સાથે આ પત્ર લખતાં અમને ખૂબ જ આનંદ થાય છે. અહિંયા પ.પૂ.બાપાશ્રી તથા પ.પૂ.મણિમા તથા તેમનો ઘર પરિવાર બધા ખૂબ જ આનંદમાં છે. અને અહિં સર્વે સત પરિવારના ભાઈઓ-બહેનો ગુરુકૃપાથી ખૂબ જ આનંદ મોજ મંગળ કરીએ છીએ. અને આપ સર્વે પણ આનંદ મોજ મંગળ કરતા હશો. આપના ભાવ પ્રેમના આનંદના ઊભરા, ઊર્મીઓ પત્ર દ્વારા સમાચાર કે સંદેશા દ્વારા મળતાં રહે છે. અને આપ સર્વે સતપરિવારના પ્રેમીજનોને અહિંથી પ.પૂ.બાપાશ્રી તથા મા મણિમા આપ સર્વે હંસોને આવી રહેલ ગુરુપૂર્ણિમા મહોત્સવના સદ્ શુભ દુવા-આશિષ પાઠવે છે.

હાલમાં અહિંયા દેશ-વિદેશથી સતપરિવારના ભાઈઓ બહેનો તથા ધર્મપ્રેમીઓ ગુરુપૂર્ણિમાના મહોત્સવમાં ભાગ લેવા માટે આવી રહયા છે અને આ મહાપર્વ ઊજવવા માટેની બધી તૈયારીઓ થઈ રહી છે. આ વખતે ગુરુપૂર્ણિમા ધુનેશ્વર મુકામે પ.પૂ.બાપાશ્રી તથા પૂ.મા મણિમાના સાનિધ્યમાં તા.૨૬-૭-૯૧ ના રોજ ઉજવાશે. જે આપ સર્વેની જાણ માટે પૂ.બાપાશ્રી તથા પૂ.મણિમા તા.૧૬-૭-૯૧ ને સોમવારથી ધુનેશ્વરધામમાં બિરાજમાન છે. અને સાથે દેશ-વિદેશના મહેમાનોને પણ ત્યાં પૂ.બાપાશ્રીના સાનિધ્યનો લાભ મળે છે અને સત્સંગ સમાગમ થાય છે.

આપણે સતપરિવારના દરેક ભાઈઓ બહેનો પ.પૂ.બાપાશ્રીના શ્રી મુખનો સત્સંગ સાંભળવા માટે ખૂબજ આતુર હોઈએ છીએ. તો આ પત્રમાં તા.૨૬-૬-૯૧ ના રોજ રાત્રે ૦૯ઃ૦૦ વાગ્યે જામનગર જીલ્લાના કલેકટરશ્રી હરિભાઈ પ.પૂ.બાપાશ્રીના દર્શનાર્થે આવેલ ત્યારે પૂ.બાપાશ્રીએ જે સત્સંગ આપેલ તેમાંથી અમને જે રીતે સમજાયેલ અને યાદ રહેલ તે અહીં પત્રમાં રજુ કરીશું તો અસ્થાને નહીં ગણાય.

સત્સંગની શરૂઆત કરતાં બાપાશ્રીએ જણાવેલ કે જુઓ ભાઈઓ, મનુષ્ય જીવન દરમ્યાન કરવામાં આવતા કાર્યોની સફળતામાં વાણી ખૂબ જ મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. એ મુદાને ધ્યાનમાં રાખીને સ્વામી વિવેકાનંદ તથા સમકાલિન સંતો વિશે પરિચય આપી જણાવેલ કે બંને મહાપુરુષો જગતને ધર્મના ધતિંગોમાંથી છોડાવવા

માટે સનાતન ધર્મનો ઉપદેશ આપતા હતા અને મહાપુરુષોની ઈચ્છા સનાતન ધર્મનો ફેલાવો કરી સત વસ્તુ સમજાવીને જગતમાં શાંતિ સ્થાપવાની હતી.

પરંતુ બંનેના કાર્યમાં રહેલી સફળતાના તફાવતનું રહસ્ય સમજાવતા જણાવેલ કે શ્રીસ્વામી વિવેકાનંદ હંમેશા કોઈપણ બીજા ધર્મની ટીકા ને નિંદા કર્યા સિવાય સત્ય વસ્તુને ધ્યાનમાં રાખીને નમ્રતા અને શાંતિથી ધર્મ ઉપદેશ કરતાં અને કોઈ પ્રશ્ન કરતાં તો તેમને પ્રેમથી સમજાવીને તેના પ્રશ્નનું સમાધાન કરાવતા. જેથી કરીને તેમણે ગુરુધર્મ બજાવી તેમના ગુરુ રામકૃષ્ણ પરમહંસનો બોધ પોતે વિશ્વ સમક્ષ મુકયો અને આખા જગતમાં હિન્દુ ધર્મને પ્રભુત્વ અપાવ્યું. અને તેમણે જગતમાં ખૂબજ ચાહના મેળવી. જયારે સમકાલિન સંતો હતા તેઓ પણ એ જ વસ્તુ સમજાવવા માંગતા હતાં.

પરંતુ તેમની વાણીમાં કઠોરતા હતી. જેથી કરીને પ્રમાણમાં તેઓશ્રીને કાર્યમાં સફળતા સ્વામી વિવેકાનંદ જેવી જોવા મળતી નથી. આમ મહાપુરુષોના જીવન પ્રસંગોમાંથી સાર રૂપે સમજાવતા પૂ.બાપાશ્રીએ જણાવેલ કે અન્ય ધર્મની વાતચિતમાં પણ હંમેશા નમ્રતા, વિવેક, ભાવ-પ્રેમ ખૂબજ મહત્વનો ભાગ ભજવે છે.

આમ જેટલા પ્રમાણમાં જીવનમાં ભાવ-પ્રેમ તથા ગુરુધર્મની સમજણ હશે. તેટલા પ્રમાણમાં જીવન દરમ્યાન કરેલા કાર્યોની સફળતા સહેજે મળશે. આમ વહેવારિક જીવનને સફળ બનાવવાની યુકિતઓ સમજાવતા સમજાવતા સાહજીકતાથી વહેવારિક વાતોનું વિષયાંતર કરી આધ્યાત્મિક વાતો તરફ વણાંક લેતાં આત્મા-પરમાત્મા વિષે તથા મનુષ્ય જીવનનું મૂળ લક્ષ્ય શું હોવું જોઈએ ? પોતે કોણ છે ? શા માટે આવવાનું થયું છે ? શું કરવું જોઈએ ? દેહ છોડી કયાં જશું ? વગેરે બાબતો ઉપર આશરે એકાદ કલાક સત્સંગ આપેલ કે જેના મુખ્ય મુદ્દાઓ નીચે મુજબ છે.

મનુષ્યના દેહ વિશેના સત્સંગની શરૂઆત કરતા જણાવેલ કે ''પીંડે સો બ્રહ્માંડે'' આખા જગતમાં જે કાંઈ બની રહયું છે તેવું જ આબેહૂબ આપણાં શરીરમાં સુક્ષ્મરૂપે ઘટનાઓ બનતી જ હોય છે. આ શરીર જગતનું નિરિક્ષણ કરવા માટેનો અરીસો છે. દેવોને પણ દુર્લભ એવો આ મનુષ્ય દેહ પૂર્વની કમાણીથી મળેલો છે. પ્રભુ પ્રાપ્તિ માટે મનુષ્ય દેહ ઉત્તમ સાધન છે. દેહ એ આપણું મૂળ સ્વરૂપ નથી. દેહ જડ પદાર્થ છે. તેમાં રહેલ બધી ઈન્દ્રિયો, મન, બુધ્ધિ વગેરે જડ પદાર્થ છે.

શરીરની અંદરની બધી ક્રિયાઓ ચેતન (આત્મા) થકી થાય છે. એ આત્મા આપણું મૂળસ્વરૂપ છે. આત્મા સ્વયં જ્ઞાની છે, સ્વપ્રકાશીત છે, અજર છે, અમર છે. આ બુધ્ધિનું જ્ઞાન પણ આત્મા થકી જ છે. દરેક ઈન્દ્રિયોને પોતાના વિષયનું જ્ઞાન પણ આત્મા થકી જ છે. બધી ક્રિયાઓ આત્મા થકી જ રહી છે છતાં આત્મા

અકર્તા છે. માટે તેને કોઈ બંધન નથી. તે સદા મુકત છે. આત્માનું અકર્તાપણું સમજવા માટે સૂર્યનો દ્દષ્ટાંત આપી સમજાવેલ કે જેમ સૂર્ય ઉગતાની સાથે આખું જગત ક્રિયાશીલ બની જાય છે. અને સૂર્યના તેજથી જ જગતનો કારોબાર ચાલી રહયો છે. તેમ છતાં સૂર્યને જગતના વહેવારથી કોઈપણ જાતની નિસ્બત નથી. જગતના સુખ દુઃખ કે બંધનથી સૂર્યને કાંઈ લેવા દેવા નથી.

તેવી જ રીતે આપણાં ઘટમાં આત્માના તેજથી બધી ક્રિયાઓ થાય છે. પરંતુ આત્મા તો માત્ર દ્દષ્ટા બની સાક્ષીભાવે વર્તે છે. દેહના સુખ દુઃખ કે બંધનથી તે પર છે. અને સદા આનંદ સ્વરૂપે અમર છે. જેમ સૂર્યના તેજથી સમુદ્રના પાણીની વરાળ બની વરાળના વાદળો થાય છે અને તે વાદળો થકી સૂર્ય દેખાતો બંધ થાય છે. તેવી જ રીતે આત્માની શકિતથી બધી ઈન્દ્રિયો અને મન, બુધ્ધિ વગેરે ક્રિયાશીલ થવાથી મનની વૃત્તિઓ રૂપી મળ પેદા થાય છે. મલિન બુધ્ધિની ક્રિયાથી વિક્ષેપ તથા પોતાના મૂળ સ્વરૂપ વિશેની અજ્ઞાનતાનું આવરણ ઉત્પન્ન થાય છે.

આમ મળ, વિક્ષેપ અને આવરણરૂપી વાદળથી આત્મા ઢંકાય જાય છે. તેથી પોતે શિવ સ્વરૂપે હોવા છતાં મૂળ સ્વરૂપને ભૂલી જઈ જીવ સ્વરૂપે બની જાય છે. અને સુખ, દુઃખ, ભય, અશાંતિ, બંધન વગેરે અનુભવે છે. અને એ જ ભગવાનની માયા છે. અને આ માયા થકી અજ્ઞાનતાને લીધે આ દેહ એ જ હું છું અને આ મારું છે એવું ખોટું પકડાય ગયું છે. અને એ જ દ્દષ્ટિકોણ રાખીને જગત સાથે વર્તી રહ્યાં છીએ. તેથી સત્યથી બહુ જ દૂર નિકળી ગયાં છીએ અને ખોટાને સાચું માનીને વર્તી રહયાં છીએ. તેથી જીવનમાં મન, વચન અને કર્મથી બધું ખોટું કરી રહયાં છીએ અને પરિણામરૂપે ખૂબ જ દુઃખી અને અશાંતિ અનુભવીએ છીએ. અને ભય તથા બંધનથી ઘેરાયેલાં છીએ.

પૂજય બાપાશ્રીએ ઉપરોકત હકિકતને સમજાવવા માટે સ્વપ્નનું દ્દષ્ટાંત ટાંકતા કહેલું કે જેમ સ્વપ્ન અવસ્થામાં આપણે બધું ખોટું હોવા છતાં બધું જાણે ખરું જ છે તેમ માનીને વર્તીએ છીએ અને સુખ દુઃખનો અનુભવ કરીએ છીએ. પરંતુ જયારે સ્વપ્ન અવસ્થામાંથી જાગીએ છીએ ત્યારે એમ સમજાય છે કે બધું ખોટું હતું. તેવી જ રીતે અજ્ઞાન અવસ્થાવાળું આ જાગૃત્તનું જીવન પણ મોટુ સ્વપ્નું જ છે. આ અવસ્થા દરમ્યાન જે કાંઈ કરીએ છીએ તેના પરિણામ રૂપે દુઃખ, ભય તથા અશાંતિ ઉત્પન થાય છે. અને બંધનમાં પડી જાય છે.

તે બધામાંથી મુકત થવા માટે અને સાચું શું છે ? તે સમજવા માટે અજ્ઞાનતાની ઊંઘમાંથી જાગૃત્ત થવું પડે છે. ત્યારે જ્ઞાને કરીને બધી જ અજ્ઞાનતા આપોઆપ ચાલી જાય છે. જેમ સૂર્ય પ્રકાશ આવતા અંધકાર આપોઆપ જતું રહે

છે તેવી જ રીતે જ્ઞાન થતાં બધુ અજ્ઞાન દૂર થાય છે. પોતાના મૂળ આત્મસ્વરૂપનું ભાન થાય છે. તેથી કરીને પોતે નિર્ભય બને છે. જીવનમાં આનંદ વર્તાય છે. દુઃખોનો નાશ થાય છે. બંધનમાંથી મુકત બને છે તથા શાંતિપદમાં આવે છે અને સત્યને પામી અમર થાય છે.

તો આવું કાયમનું સુખ આપનારું પરમપદ પામવા માટે દરેક સંતો, મહાપુરુષો, જ્ઞાનીઓ તથા સતશાસ્ત્રોએ ગુરુકૃપા એ એક જ રસ્તો છે એમ વર્ણવેલું છે. ગુરુકૃપામાં જ મોક્ષ સમાયેલ છે. માટે જેને જેને અનુભવ થયો તેવા જ્ઞાનીઓએ ગુરુ મહિમા ખૂબ જ વર્ણવ્યો છે. જેમ કે...

ગુરુ ગોવિંદ દોનો ખડે, કીસ કો લાગુ પાય,
બલિહારી ગુરુદેવ કી, જીસને ગોવિંદ દિયો બતાય.

-- :: --

ગુરુ બ્રહ્મા, ગુરુ વિષ્ણુ, ગુરુદેવો મહેશ્વરા,
ગુરુ સાક્ષાત પરિબ્રહ્મ, તસ્મેય શ્રી ગુરુદેવો.

-- :: --

ધ્યાન મુલં ગુરુમૂર્તિ પ્રજા મુલં ગુરુ પદે,
મંત્ર મુલં ગુરુ વાકયં મોક્ષ મુલં ગુરુ કૃપા.

-- :: --

ગુરુ પદ પંકજ પૂજાતા, ચૌદ લોક પૂજાય
શિવ વિરંતી શારદા, ગુરુ તણાં જશ ગાય.

ગુરુ મહિમા વિષે આગળ બોલતા પૂ.બાપાશ્રીએ જણાવેલ કે ગુરુ એ પરિબ્રહ્મ પરમાત્મા છે. તે કાયમ છે, તે અમર છે. મરે તે ગુરુ નહીં. માટે સદ્‌ગુરુના દેહને ગુરુ નહીં સમજતા. તેના દેહમાં જે પ્રગટરૂપે બોલી રહ્યો છે તે જ ગુરુ છે. તે જ આત્મા કે પરમાત્મા છે, વ્યાપક છે. આમ ગુરુના રૂપના સ્વરૂપને સમજાવતા જણાવેલ કે આખા જગતમાં અણુએ અણુમાં ગુરુની સત્તા વ્યાપેલી છે. અને ઘટોઘટમાં આત્મારૂપે રહેલ છે. તથા સંતો સદ્‌ગુરુમાં પ્રગટરૂપે બોલી રહેલ છે. શ્રીભાણબાપાએ કહેલું છે કે...

ભાણ કહે તું ભટકીશમાં, મથી જોને માય,
તે સમજીને સૂઈ રહે, તો કરવું નથી બીજું કાંઈ.

-- :: --

આ બોલે ઈ બીજો નથી, છે પરમેશ્વર પોતે,
અજ્ઞાની છે આંધળો, તે અળગો રહીને ગોતે.

-- :: --

સાચું નામ છે સાહેબનું જુઠું નથી જરાય,
ભાણ કહે જો ભજીલે તો ભારે કામ થાય.

પૂ.બાપાશ્રી કહે છે કે...

આ ખોવાણું છે ઘરમાં, બહાર જઈ ગોતે તો કેમ કરીને મળે ?

તો કોઈ એક સંતે એમ પણ કહેલું છે કે...

આ હજારો નામ શ્રીહરિના, બધા નામની સહી પણ જે નામથી નામી મળે તે નામની ખબર કોકને થઈ.

ઉપરોક્ત બધી સાખીઓ મારફતે કહેવાનું તો એ જ થાય છે કે પોતાના મૂળ સ્વરૂપ આત્માને પામવા માટે કાયમ બહાર ગોતવાથી મળે તેમ નથી. પરંતુ શરીરમાં અંતરઘટમાં સમાયેલ છે અને તેને પામવા માટે સાચું નામ જરૂરી છે. અને તે સત્ય નામ કોઈ અનુભવી સંત પાસે જ હોય છે. તો આવા કોઈ પૂર્ણ સંત સદ્ગુરુની કૃપા જયારે થાય છે ત્યારે સતનામનો બોધ આપે છે.

અને તે અમર નામ વડે કેવી રીતે ધ્યાન કરવું તેનું વિજ્ઞાન પણ તેઓ સમજાવે છે. સંતે બતાવેલ રીત પ્રમાણે ધ્યાન, ભજન, સ્મરણ વગેરે કરવાથી પોતાના મૂળ સ્વરૂપ આત્મા તરફ નજીક જવાય છે. અને તેથી કરીને આત્મજ્ઞાન થાય છે. મુંગો બોલતો થાય અને મુરખ પંડિત બને છે.

તો આમ ચેતનમાં પ્રભુને ઓળખીને ભજન કરવાના બોધની તો કોકે કરી શોધ. તો હજારો સત્યનો બોધ મેળવ્યો હોય અને ગુરુએ બતાવેલ વિજ્ઞાન પ્રમાણે જેમ જેમ ભાન થતું ગયું તેમ તેમ જયારે ગુરુગમ આવે છે. ત્યારે તે સાચો અધિકારી બની યોગ્ય પુરૂષાર્થ કરીને આત્મજ્ઞાનને પામે છે. એટલે કે પ્રભુ સાથે એકરૂપ થાય છે. અને પોતાના ભાનમાં આવે છે ત્યારે તે પોતે ભગવાન બને છે. આમ સદ્ગુરુ કૃપા કરીને જીવને શિવ બનાવે છે. તેથી ગુરુ મહિમા અપાર છે. અવર્ણનીય છે, અનંત છે, અમાપ છે, અખંડ છે.

આમ, આત્મજ્ઞાન થવાથી જગત વિશેનો દૃષ્ટિકોણ બદલી જાય છે. જેમ જગતગુરુ શંકરાચાર્યે કહેલું કે બ્રહ્મ સત્ય છે, જગત મિથ્યા છે. તો તે કેવી રીતે

? આત્માનું ભાન થવાથી સમજી શકાય છે. અને કાયમનું સુખ શાશ્વત મોક્ષ મેળવી શકાય છે. આપણી અંદર રહેલ આત્મા સર્વશ્રેષ્ઠ કેવી રીતે છે ? તે વિસ્તારથી જણાવતા પૂ.બાપાશ્રીએ જણાવેલ કે જગત દ્દષ્ટિએ પૈસા બહુ કિંમતી છે કારણ કે તેથી જગતના સુખ મેળવી શકાય છે.

પરંતુ કુટુંબમાં દિકરો બિમાર પડે ત્યારે ખૂબ જ મહેનત કરીને કમાયેલા પૈસા જતા કરે છે અને દીકરાને બચાવવાના પ્રયત્નો કરે છે. તેથી પૈસા કરતાં પુત્ર શ્રેષ્ઠ છે તેમ ફલિત થાય છે. પણ જયારે પિતા અને પુત્ર નદીમાં તણાતા હોય ત્યારે જો પુત્ર પિતાને પકડે તો પિતા તેને છોડી દે છે અને પોતે બચવાનો પ્રયત્ન કરે છે. તેથી ફલિત થાય છે કે પુત્ર કરતાં પોતે શ્રેષ્ઠ છે. દેહમાં પણ પોતાની ઈન્દ્રિયો બચાવવાનો પ્રયત્ન કરે છે. તેથી દેહમાં ઈન્દ્રિયો દેહથી શ્રેષ્ઠ છે અને જયારે ઈન્દ્રિયો થકી પ્રાણ જોખમમાં મુકાય છે ત્યારે આપણે ઈન્દ્રિયોને પણ જતી કરીને પ્રાણને બચાવીએ છીએ.

તેથી પ્રાણ શ્રેષ્ઠ સાબિત થાય છે. અને જયારે આત્મા દુભાય છે ત્યારે આત્મા ખાતર પ્રાણને પણ જતો કરે છે. તેથી સાબિત થાય છે કે આપણી પાસે સૌથી વ્હાલો અને કિંમતી આપણો આત્મા જ છે. તો આવો કિંમતી અને વ્હાલો આત્મા આપણી સાથે હોવા છતાં આપણે તેના તરફ કેટલું દુર્લક્ષ સેવીએ છીએ ? જગતના પ્રપંચોમાં ખૂબ જ રચ્યાં-પચ્યાં રહીએ છીએ. ખોટું ધન મેળવવા પાછળ આખી જીંદગી વેડફી નાખીએ છીએ અને આખરમાં દુઃખ અને ભય ભેગા કરીએ છીએ. તો દરેકને ઓછામાં ઓછું સંતોએ બતાવેલ રીત પ્રમાણે એકાદ કલાક તો સ્મરણ, ભજન, ઘ્યાન, ભગવાનનું ચિંતન કરવું જોઈએ. જેથી જગતનાં દુઃખ સંતાપે નહિં અને બેટરી ચાર્જ રહે. રોજીંદા જીવનમાં સુખ શાંતિ વર્તાય અને જગતમાં જળ કમળ વત રહી શકાય.

આપણી અજ્ઞાનતાને લીધે જ મારું-તારું, આદેશ-વિદેશ, સારૂ-ખરાબ વગેરે નીતિ નિયમો બનાવેલ છે તે માનવ કૃત્ય છે અને ભેદ ભરેલાં છે તેથી દુઃખકારક છે. પરંતુ ભગવાનને ત્યાં કોઈ જુદું જ નથી. બધું તેમાથી જ બનેલું છે અને તેનું જ છે. જેમ કે આપણને પહાડ, નદી, વનસ્પતિ વગેરે અલગ દેખાય છે. પરંતુ પૃથ્વિની દ્દષ્ટિએ જોવામાં આવે તો પૃથ્વિની દ્દષ્ટીએ કંઈ જુદું જ નથી. તેવી જ રીતે આત્મજ્ઞાન થતાં બધા ભેદભાવ મટી જાય છે અને જીવનમાં આનંદ વર્તાય છે.

પાપ-પુણ્યનો ખ્યાલ આપતાં સમજાવેલ કે કોઈ જીવનો આત્મા દુભાવીએ તો પાપ છે અને કોઈના અંતરનો રાજીપો મેળવીએ તો પૂણ્ય મળે છે.

અને અંતમાં પૂ.બાપાશ્રીએ જણાવેલ કે સંતોનો સંગ થવાથી જ આપણને સત્સંગ વિશેનો ખ્યાલ આવે છે. સંતોના સત્સંગમાંથી જીવન જીવવાની કળા જાણવા મળે છે. અને

સંતોની દયાકૃપાથી જ આત્મા-પરમાત્મા વિશેનો બોધ મળે છે. અને બોધ પ્રમાણે ચાલવાથી જ સાચા સદ્‌ગુરુ કોણ છે ? તેનો ખ્યાલ આવે છે અને અંતમાં ગુરુમંત્ર, ગુરુ અને આત્મા ત્રણેય એક જ છે અને એ જ પોતાનું મૂળસ્વરૂપ છે.

દરેકે પોતાના મૂળ સ્વરૂપનું સુખ મેળવવા યોગ્ય પુરૂષાર્થ કરવો જોઈએ અને તેમ કરવાથી જ આમ મનુષ્ય દેહ સાર્થક થયો ગણાય. નહી તો જીતેલી બાજી હારી જવાશે. તેમ આ મનખા જેવો દેહનો શાસ્વત સુખ મેળવવાનું ઉત્તમ સાધન તરીકે ઉપયોગ કરીને સદ્‌ગુરુની દયા કૃપા મેળવીને ગુરુના ચિંધેલ માર્ગે ચાલીને સદ્‌ગુરુમાં ભગવાનપણું રાખીને દર્શન, ભજન, સ્મરણ, સેવા, સત્સંગ, વગેરે કરીને પોતાના મૂળઆત્મસ્વરૂપમાં ભળી જઈ પરમપદ પ્રાપ્ત કરો એવાં આશીર્વાદ આપી સત્સંગ પૂરો કરેલ.

ત્યાં આપ સર્વે સતપરિવારના ભાઈઓ બહેનો ગુરુપૂર્ણિમાનો મહોત્સવ ઉજવવાની તૈયારી કરી રહયા હશો અને આ પત્ર પણ ગુરુપૂર્ણિમાની તૈયારીના ભાગ રૂપે જ લખવામાં આવેલ છે. જો આ પત્ર ગુરુપૂર્ણિમા પહેલાં આપને મળી જાય તો તે મહોત્સવમાં જો આપ સર્વેને અનુકૂળ હોય તો સભામાં વાંચનમાં લેવા યોગ્ય કરશો નહી તો આપની ખુશી આનંદ મહામોજને વખતે વાંચશો. આ પત્રમાં જયાં કયાંય લખવામાં ભૂલ થઈ હોય કે જાણે-અજાણે અવિવેક, અવિચારીપણું થયું હોય તો અમને ક્ષમા કરશોજી.

તથા પત્રમાં સારાંશ લઈને જીવનમાં ઉતારવાનો પ્રયત્ન કરશો. એ જ અમારી શુભેચ્છા. એ જ અમારી ગુરુચરણમાં રહીને આપ સર્વે આત્મબંધુઓને નમ્ર અરજ ગુજારીએ છીએ. તો અમારી નમ્ર અરજ સ્વીકારશો. એવી આશા સાથે સર્વે સતપરિવારના ભાઈઓ બહેનોને અહીં જામનગર ધુનડા..... ફરીથી જય ભગવાન, જય સતહરિરામ, જય સતગુરુ દેવ, સતગુરુ પ્રણામ સ્વીકારશોજી. બોલો સર્વદાતા સદ્‌ગુરુ દેવ શ્રીહરિરામ બાપાનો જય હો... જય હો... જય હો... જય જય કાર હો... ત્રિકાળ નમસ્કાર હો. સત મા મણિમાનો જય હો... જય હો... જય હો... જય જય કાર હો. ત્રિકાળ નમસ્કાર હો.

બસ એ જ...
સંત ચરણરજ
દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ.

:::::-:::::

૨૫. મારા પુત્ર સોહંગનો પત્ર

સોહંગ ડી. ભડાણિયા
રેસી. ડોકટર કવાટર્સ, ઓ બ્લોક, આર.૧૫
બીજો માળ, સીવીલ હોસ્પિટલ
અમદાવાદ - ૩૮૦૦૧૬
તા.૧૯-૦૧-૨૦૦૯

આજે રવિવારની અડધી રાત છે. તમને એવું લાગશે કે મે કેમ લેટર લખ્યો ? પણ અચાનક વિચાર આવ્યો કે કંઈક લખું.

હમણાં જ(દશ મિનીટ પહેલા)મેં એક ફકરો વાંચેલો. ગુજરાતીના લેખક ગુણવંત શાહે લખેલો. એમાં કંઈ નવું નહોતું પણ રજુઆત સારી રીતે કરેલી હતી. એના સંદર્ભમાં તમને થોડું પૂછવા માંગુ છું. તે ફકરો તો કયારેક મળીશું ત્યારે બતાવીશ.(વંચાવીશ)અત્યારે તો જે પૂછવું છે તેના પર જ આવું છું.

(પ્રશ્નોના જવાબ ગમે તે વ્યકિત(ઘરનાં)આપી શકે. જવાબ લેટર લખીને આપો તેવો આગ્રહ છે. જવાબમાં પોતપોતાના ભાવ સ્પષ્ટ અને વિસ્તૃત રીતે લેટરમાં વ્યકત થાય તે રીતે એકાંતમાં લખો તો મને સમજવામાં મદદ થશે. લેટરમાં લખેલી બાબતો સંપૂર્ણપણે મારા સુધી જ સિમિત રહેશે.(જો કોઈને વ્યકિતગત ઈચ્છા હશે તો જાહેર કરવાનો વિચાર કરી શકાય.) મારો આ લેટર બધાં માટે છે. કેમ કે મને પોતાને વ્યકત કરવામાં કોઈ ખચકાટ નથી. માટે બધાં સાથે બેસીને કે પોતપોતાની રીતે(જેમ ફાવે તેમ)વાંચી શકો(એ તમારો હક છે.)

૧. જીવન એટલે શું ?(તમે જે સમજ્યાં છો તે લખો. અહીં તહીંથી વાંચેલું કે સાંભળેલું ન લખવું. તમારી પોતાની લાગણી અને ભાવ જ વ્યકત કરવા. તમારા અનુભવનો નિષ્કર્ષ લખવો.)

૨. તમારા જીવનનો ઉદ્દેશ શું છે ? કોઈને સમજાવતા હોય તેમ ન લખવું પણ પોતે જે સમજ્યા હોય તે જ લખવું.

૩. સુખ એટલે શું ?

૪. તમારી આસપાસના લોકોના જીવન અને જીવન વિશેની સમજ કઈ રીતે જુદી છે ?

બસ એ જ...

લી. સોહંગ ભડાણિયા

સોહંગના પત્રનો ઉત્તર

મેં સોહંગને નીચે મુજબ પ્રત્યુતર આપેલ હતો.

ઓમ દિલસુખ કે. ભડાણિયા

શ્રીસદ્ગુરુભ્યો નમઃ તા.૨૬, ૦૨, ૨૦૦૯ ગોંડલ

અધમ ઓધારણ, ભવસાગર તારણહાર, દયાનિધાન, કૃપાસિંધુ, અનાથોના નાથ, સર્વદાતા સદ્ગુરુનો જય હો... જય હો... જય જય કાર હો... ત્રિકાળ નમસ્કાર હો.

ગણીએ નહીં મનુષ્ય ગુરુદેવને, સદ્ગુરુ સર્વના સર્જનહાર,
ચાહે સો પલમાં કરે, ધન્ય ધન્ય સદ્ગુરુ દાતાર,
ગુરુની ગતિ ગુરુને પાસ, જેવી કસ્તુરીમાં છે વાસ,
જ્યાં છે સતનામનો વિશ્વાસ, દિનોનાથ પૂરે તેની આશ.

સ્વસ્થાન શ્રી ગામ ધામ અમદાવાદ મહા શુભ સ્થાને બિરાજમાન આદિ-અનાદિ મહા મૂળનામ તે સત વચનને ધારણ કરનાર, અજર-અમર નામના સોહાગી, મહાદેવ ઈશ્વરી કળાના હંસ, ત્યાગને માર્ગે ચાલનારા એવા અમારા વ્હાલા ચિ.પુત્ર સોહંગ તથા ચિ.પુત્રવધૂ પૂર્વિને દેહમાં રહેલ દેવળવાળો દેવ પોતે તેમની દિવ્ય દષ્ટિ, સત દુવા કૃપા થકી, તમારી સત આત્મ બુદ્ધિ, સત પ્રકાશ, સત શુભ સ્મૃતિ, ઘણી ને ઘણી અવિચળ રાખે તથા સ્થૂળ દેહથી નિરોગી રાખે અને કામધંધા, કમાણીમાં બરક્ત આપે અને સદાય સુખી રાખે તથા સતનામ સ્મરણ અને સતકાર્યમાં સદાય સતવૃત્તિ આપે એવી ગુરુ મહારાજના ચરણમાં રહીને શુભ આશીર્વાદ પાઠવું છું.

એતાન શ્રી ગામ ધામ ગોંડલથી લી. સંત ચરણરજ દાસાનુંદાસ શ્રીદિલસુખ કે. ભડાણિયા તથા અ.સૌ.ઉષા ડી. ભડાણિયા તથા કુટુંબ પરિવાર તે ત્રિવેણી તિરથના જય સદ્ગુરુ સાહેબ, સત રામ રામ, જય ભગવાન. તે તમો બંને સાથે મળીને મહામોજ, ખુશી, આનંદ ને વખતે વાંચશોજી.

પ્રિય સોહંગ તારો તા.૧૯-૦૧-૨૦૦૯ નો લખેલ પત્ર વાંચી વિગત જાણી ખૂબ જ આનંદ થયો. તેમાય વળી તારા પ્રશ્નો વાંચીને તો અતી ભારે આનંદ થયો. કારણ કે તારા પ્રશ્નો છે તેમાં મને તો મહાપુરુષના લક્ષણો જણાય છે. દરેક થઈ

ગયેલા મહાપુરુષોને શરૂઆતમાં કંઈક આવા જ પ્રશ્નો ઉદ્ભવેલા અને તેવા પ્રશ્નોના સમાધાન મેળવવા યોગ્ય પુરુષાર્થે કરીને પોતાના જીવનને ઉત્તમ રીતે જીવીને, સફળ બનાવીને બીજાઓને પ્રેરણારૂપ થયાં છે.

તારા પ્રશ્નોના જવાબરૂપે હું જે કંઈ લખવા માંગુ છુ તે બધું મેં જે સદ્ગુરુ, સતશાસ્ત્રો અને મહાપુરુષોના જીવનમાંથી તથા મારા અનુભવોમાંથી હું જે રીતે સમજયો છું અને મેં સ્વીકારેલું છે તેમાંથી જ હશે તેમ માનજે.

તારા બધા પ્રશ્નો જીવનને અનુલક્ષીને હોવાથી બધાં પ્રશ્નોનો જવાબ વ્યવસ્થિત અને વિસ્તાર પૂર્વક આપવા માટે પ્રથમ જીવ એટલે શું એ જાણવું મારી દ્દષ્ટિએ જરૂરી છે. તેથી પ્રથમ જીવ એટલે શું ? તે ટૂંકમાં સમજી લઈએ.

જે સ્વયં સ્થિત છે, કાયમ છે, જેનું કોઈ બીજુ કારણ નથી અને જેમાંથી બધું સર્જન થાય છે. ઈંડ, પીંડ ને બ્રહ્માંડો પણ જેમાંથી બન્યા છે, જે કારણોનું પણ મહાકારણ છે અને જે સર્વનો આધાર છે. અને પોતે પોતાના જ આધારે રહેલ છે. તથા ત્રિકાળ બાધિત છે. તેમાં કોઈ પરિવર્તન આવતું નથી તેને પરમ સત્ય કે પરમાત્મા કહેવામાં આવે છે. અને તેના અંશને આત્મા કહેવામાં આવે છે. તે સર્વેએ સ્વીકારેલી વાત છે.

આત્મામાં તેની મૂળ પ્રકૃતિને લીધે દ્દષ્ય પદાર્થરૂપે પ્રતીત થવાના સ્વભાવને લીધે પોતામાં જ કોઈ વિષયની કલ્પના ઊઠી. ત્યારબાદ ચિત્તની પ્રતીતિ થવાથી, ચિત્તની કલ્પના ઊઠી, ત્યારબાદ કલ્પેલા પદાર્થ સાથે સંયુક્ત થઈને જીવ રૂપે પ્રતીત થવાના સ્વભાવને લીધે જીવપણાની કલ્પના ઊઠી. તે પછી દ્દષ્ય પદાર્થ સાથે એકરૂપપણાની પ્રતીતિ થવાથી દ્દષ્ય પદાર્થમાં (દેહમાં) અહમભાવની કલ્પના ઊઠી. કે જેથી તે પોતાના મૂળ સ્વરૂપ એવા આત્માને ભૂલીને, અજ્ઞાન વશ ભ્રાંતિથી પોતાને આ દેહ એ હું છું એવી પોતાના જ ચિત્તમાં વૃત્તિ ઊઠી. અને આ દેહના સંબંધીઓને પોતાના ચિત્તમાં હું ને મારું, અને તેથી કરીને રાગ-દ્વેષ વગેરે અનેક વૃત્તિઓ યુકત ચિત્ત બન્યું. આ વૃત્તિઓ યુકત ચિત્તને જીવ કહેવામાં આવે છે. અને વૃત્તિઓ રહિત ચિત્તને આત્મા કહેવાય છે. તેમ સર્વેએ સ્વીકારેલું છે.

પ્રશ્ન-૧ : જીવન એટલે શું ?

જવાબ : જીવની પ્રવૃતિઓને જીવન કહેવામાં આવે છે.

જીવને પ્રવૃત્તિઓ કરવા માટે સ્થુળ દેહ, કર્મેન્દ્રિયો, જ્ઞાનેન્દ્રિયો, મન, બુદ્ધિ, પ્રાણ તથા ચેતાતંત્ર, શ્વસન તંત્ર, રૂધિરાભિષણ તંત્ર, ઉત્સર્ગ તંત્ર, પાચનતંત્ર, વગેરે અનેક તંત્રો પણ દેહમાં આવેલા છે. આ દેહનું બંધારણ માતાના ગર્ભમાં પિતાના શુક્રાણુરૂપી બીજની મદદથી થાય છે. અને તેમાં વિકાસ પામીને જયારે તે દેહની પ્રસુતિ થાય છે ત્યારે જીવનો જન્મ થયો એમ કહેવામાં આવે છે.

(ખરેખર તો દેહનો જન્મ થયો છે, જીવ તો વારસાગત ચાલ્યો આવેલો અનાદિકાળનો છે) ત્યારબાદ તેમાં પ્રાણનો સંચાર થાય છે. તેથી કરીને જીવની પ્રવૃત્તિઓ ચાલું થાય છે. તેને તેના જીવનની શરૂઆત થઈ તેમ કહેવાય છે. અને જયારે દેહ અને પ્રાણ છૂટા પડે છે ત્યારે જીવનનો અંત આવ્યો તેમ કહેવાય છે.

આમ, જન્મ અને મૃત્યુ વચ્ચેના સમય દરમ્યાન જીવ થકી મન, બુદ્દિધ, ઈન્દ્રિયો તથા દેહ દ્વારા થયેલા કાર્યોનો સરવાળો એ જ દેહધારી જીવનું જીવન ગણાય છે. આમ જીવનનો બધો આધાર જીવ ઉપર એટલે કે ચિત્તની સ્થિતિ ઉપર એટલે કે ચિત્તમાં પડેલી વૃત્તિઓ જેવી કે હું-મારું, રાગ-દ્વેષ, આશા-તૃષ્ણા, કામ-ક્રોધ, લોભ-મોહ, ઈર્ષા-અદેખાઈ, માન-અપમાન, હર્ષ-શોક, ભય-ચિંતા, આધિ, વ્યાધિ, ઉપાધિ વગેરે અનેક વૃત્તિઓ ઉપર રહેલો છે.

આવા મલિન ચિત્તની પ્રવૃત્તિથી જીવ કર્મ બંધનમાં પડે છે અને પરિણામે દુઃખી થાય છે. અને તે બધાં દુઃખોનું કારણ પોતાની વૃત્તિઓ છે. તેમ નહીં સમજતા તે દુઃખો દુર કરવા માટે કંઈક ખોટા પ્રયત્નો કરે છે. અને તેથી તે જીવના દુઃખમાં વધારો થાય છે. અને તેનું જીવન દુઃખોથી ભરેલું રહે છે.

આમ, દરેક જીવ હંમેશા પોતાનું જીવન સુખમય વિતે તે માટે જ પ્રયત્નો કરતો હોય છે. પરંતુ ચિત્તમાં રહેલી વૃત્તિઓને લીધે તે જીવ સુખને બદલે દુઃખને જ પામે છે. તેથી તેના જીવનમાં હતાશા પામે છે. તે ઉદાસ બની જાય છે. અને તેના જીવનની બધી પ્રવૃત્તિઓ રસહીન બની જાય છે. તેના જીવનની બધી આશાઓ પડી ભાંગે છે. અને કોઈપણ કાર્ય કરવામાં તેને ઉત્સાહ કે આનંદ આવતા નથી અને શૂન-મૂન બની જાય છે. અને કયારેક તો માનવ જીવનથી કંટાળીને મોતને વ્હાલું કરે છે.

જીવનને ૩ (ત્રણ) પ્રકારમાં વહેંચી શકાય છે.

૧. ઉત્તમ જીવન.

જેના ચિત્તમાં માયાવી કોઈપણ વૃત્તિઓ હોય નહીં. તે પોતાનું જીવન સહજ, સરળ, શાંત અને સંતોષ રીતે વિતાવતો હોય. તેના જીવનનો અલગ બીજો કોઈ ધ્યેય હોય નહી. પરંતુ પોતાના આત્માને આધિન રહીને તેની પ્રકાશિત બુદ્દિધ વડે સમા-સમાના વિવેકથી શાંતિ ભરેલું આનંદ અને પ્રેમથી જે પોતાનું જીવન વિતાવતા હોય છે. ભય, ચિંતા કે આસકિત રહિત ત્રણે ગુણોથી પર અને ભાવાતિત સ્થિતિમાં હંમેશા રહેતા હોય છે. તેના જીવનને ઉત્તમ જીવન કહેવામાં આવે છે.

૨. મધ્યમ જીવન.

જેના ચિત્તમાં માયાની સાત્વિક ગુણોની વૃત્તિઓનું પ્રમાણ વધારે હોય,

તેઓ બીજાના દુઃખો દુર કરવાના પ્રયત્નો કરતા હોય, આચાર - વિચાર સારા ધરાવતા હોય, સમાજસેવાના સારા કાર્યો કરવામાં રસ ધરાવતા હોય, તેઓ આદર્શવાદી હોય તેવા પ્રયત્નો કરતાં હોય છે. ભૌતિક રીતે સુખ સમૃધ્ધિ વધે અને બધે શાંતિ ફેલાય તે માટે પોતાનું જીવન પસાર કરતાં હોય છે. તેમાં સત્વ ગુણોને લઈને જ્ઞાન તથા શાંતિનો અનુભવ તેના જીવનમાં દર્શાતો હોય છે. વગેરે સત્ત્વ ગુણોવાળી ચિત્તની સ્થિતિવાળાનું જીવન મધ્યમ જીવન કહેવાય છે. તેને પરમાર્થી જીવન કહેવાય છે.

૩. કનિષ્ક જીવન.

જેના ચિત્તમાં રાજસી તથા તામસી ગુણોની વૃત્તિઓ રહેલી હોય તેઓનું જીવન હંમેશા સ્વાર્થી હોય છે. તેવાઓની વૃત્તિ હંમેશા અશાંત રહેતી હોય છે. તેઓનું જીવન સતા શકિતની મદદથી પોતાનો જ સ્વાર્થ સાધવામાં રસ ધરાવતા હોય છે. તેઓ મોટી સતા કે મોટા પદ મેળવવા જીવનમાં પ્રયત્નો કરતાં હોય છે. તેઓને કોઈ આદર્શ કે સારા ધ્યેય હોતા નથી.

તેઓમાં મનોકામનાઓ તથા કર્તાપણાનો ભાવ ખૂબ જ જોવા મળે છે. તેઓના જીવનમાં ઊંઘ, આળસ, પ્રમાદ, ક્રોધ, મોહ, લોભ, વગેરેનું પ્રમાણ વધારે હોય છે. તેઓ પોતાનો સ્વાર્થ સાધવા પોતે દુઃખી થતાં હોય છે અને છતાં પણ તે દુઃખમાં પણ સુખ બુધ્ધિ રાખીને જીવન જીવતા હોય છે. તેઓ હંમેશા અસંતોષી રહે છે.

કોઈપણ જીવ ચાહે પુરુષ હોય કે સ્ત્રી હોય અને ગમે તે જાતી કે વર્ણમાં જનમ્યો હોય, રાજા હોય કે રંક, તવંગર હોય કે ગરીબ વગેરે કોઈપણ સ્થિતીમાં તેના જીવનમાં સુખ-દુઃખનો આધાર તેની ચિત્તની વૃત્તિ ઉપર રહેલો છે. એમ મારું પોતાનું અંગત માનવું છે. હું માનું છુ કે જીવ પોતે દેહમાં સર્વોપરી સતાથી વર્તે છે. કારણ કે એના થકી જ દેહના દરેક અવયવો મન, બુધ્ધિ, ઈન્દ્રિયો, પ્રાણ વગેરે જીવમાં રહેલી ચેતના શકિતને લઈને જ કાર્યરત છે. અને પોતે તે બધાનો માલિક છે તેમ વર્તે છે. માટે જીવને રાજા કહેવામાં આવે છે. આમ રાજા હોવા છતાં જુગ બંધનથી જેલમાં ફસાયેલો છે. તેથી તે દુઃખી થાય છે. માટે તે બંધનોમાંથી છૂટવાનો પ્રયત્ન કરે છે. આ જીવનું દુઃખના બંધનોમાં કેમ પડવું અને તે બંધનોમાંથી કેમ મુકત થવું તે સમજવા માટે એક દ્દષ્ટાંત રજુ કરીશ તો અસ્થાને નહીં ગણાય.

(આ રૂપક પાના નંબર ૧૧૨ પર છે.)

પ્રશ્ન-૨ : જીવનનો ઉદ્દેશ શું ?

જવાબ : મારાં જીવનનો ઉદ્દેશ કંઈ બનવાનો નથી પણ જે કંઈ બની બેઠો છું તે મટી જવાનો છે. એટલે કે જે કંઈ ખોટું સ્વરૂપ પકડાઈ ગયું છે તેમાંથી બહાર

નિકળીને મૂળ સ્વરૂપમાં સ્થિત થવાનો છે. અને શેષ જીવન સુખ-શાંતિથી પસાર કરવું અને ભગવાનની લીલા જોઈને આનંદ અનુભવવો. અને કોઈપણ સાથે જોડાયા સિવાય સાક્ષીભાવે જીવી જવું.

ચિત્તમાં ભરાઈ પડેલી વૃત્તિઓનો **સદ્ગુરુ**એ બનાવેલી જ્ઞાન-વિજ્ઞાનની રીતથી નાશ કરવા માટે પ્રયત્નો કરવા અને આશરા ધર્મમાં રહીને મારા જીવનની ફરજો, નીતિ, નિષ્ઠા અને નિષ્કામ પ્રમાણે બજાવવાના પ્રયત્નો કરવા. અને સત્ય વહેવાર તરફ સદ્ભાવ રાખવો. આમ કરતાં કરતાં જીવન દરમ્યાન પોતાના મૂળ સ્વરૂપ એવાં આત્માનો અંતરઘટમાં અનુભવ પણ કરી લેવો. એવો ધ્યેય છે. એટલે છેલ્લા શ્વાસો સુધી અભ્યાસી રહેવું એ જ લક્ષ્ય છે.

પ્રશ્ન-૩ : સુખ એટલે શું ?

જવાબ : સુખ માટે કોઈ ચોકકસ વ્યાખ્યા ન આપી શકાય, પરંતુ ચિત્તમાં દુઃખનો અભાવ હોય તેને સુખ કહી શકાય. સુખ કે દુઃખનો અનુભવ આપણાં મનને થાય છે. સુખ બે પ્રકારના હોય છે.

૧. શાશ્વત (આત્માના) સુખ

૨. નાશવંત (માયાના) સુખ.

૧. શાશ્વત સુખ :

જે સુખને પામ્યાં પછી તે સુખનો નાશ થતો નથી અને કાયમ ટકી રહે છે અને તે સુખથી ચિત્તમાં શાંતિ અને હૃદયમાં આનંદ અનુભવાય છે. જ્યારે મનની વૃત્તિ જગતના પદાર્થોમાંથી નિકળીને અંતરમુખ થઈને સતનામમાં જોડાય છે ત્યારે અંતરઘટમાં નાદબ્રહ્મ કે સત શબ્દ પ્રગટ થાય છે. અને એવી આંતર દશા થાય છે ત્યારે ઘટમાં રણુકાર, બ્રહ્મનાદ, અનાહતનાદ વગર કાને સંભળાય છે. અને તેમ થતાં હૃદયમાં પ્રેમ પ્રગટ થાય છે ત્યારે સુખનો જે અનુભવ થાય છે તેને શાશ્વત સુખ કહેવામાં આવે છે. તે સુખ હૃદયથી અનુભવાય છે. અને તે સુખ માયાના બંધનમાંથી મુકત કરે છે અને કયારેય પણ દુઃખકારક બનતું નથી. તે સુખ પ્રાપ્ત કરવા માટે બ્રહ્મજ્ઞાની, બ્રહ્મનિષ્ઠ અને બ્રહ્મવેતા એવા સંત **સદ્ગુરુ**ના શરણે જઈને તેમના માર્ગદર્શન પ્રમાણે અભ્યાસ કરવો જોઈએ. તેમ હું મારા અનુભવથી કહી શકું છું. અને સર્વે સત શાસ્ત્રો ઋષિઓ તથા સંતો ભકતોએ સર્વેએ સ્વીકારેલી વાત છે.

૨. ક્ષણિક સુખ (નાશવંત સુખ) :

આ સુખો માયાના પદાર્થોમાંથી કે જુદા જુદા વિષયોમાંથી મળે છે અને તે સુખો મનને થાય છે. જેમાંથી સુખ મળતું હોય તેનો નાશ થવાની સાથે તે

સુખનો પણ નાશ થાય છે. અને તેમ થવાથી દુઃખ ઉત્પન્ન થાય છે. માયાના સુખ આપણને બંધનમાં પણ નાંખે છે. સામાન્ય રીતે મન માયાના સુખ મેળ વવા માટે ઈન્દ્રિયોની પાછળ પાછળ જ દોડયા કરે છે. ઈન્દ્રિયો પોતાના વિષયોમાં રત રહે છે તેથી મન પણ સુખ મેળવવા વિષયોની પાછળ જ ધ્યાન આપતું હોય છે.

તેથી તેમા આસકિત આવે છે. અને આસકિતથી કામનાઓ જાગે છે. અને તેમ થવાથી ક્રોધ, મોહ વગેરે ઉત્પન થાય છે. તેથી કરીને મન મુઢ બની જાય છે. તેમ થવાથી મન સ્મૃતિને ખોઈ બેસે છે. અને સ્મૃતિનો નાશ થવાથી બુદ્ધિનો નાશ થાય છે. અને બુદ્ધિનો નાશ થવાથી પોતાનો સર્વનાશ થાય છે એ ક્રમ મુજબ જ મન વિષયો પાછળ ગાંડુ થઈને જીવનનો સર્વનાશ નોતરે છે.

તેમ મારું માનવું છે. અને તે મે સ્વીકારેલું છે, અનુભવુ છું. માયાના સુખ દુઃખ કાયમ સાથે જ રહે છે. એક સિકકાની બે બાજુઓ જેવા છે. જયારે કોઈપણ વસ્તુ કે વ્યકિત અનુકૂળ થાય છે ત્યારે મન સુખી થાય છે અને તેના બંધનમાં પડે છે. પરંતુ જયારે તે પ્રતિકૂળ થાય છે તો તેનાથી વિપરિત દુઃખી થાય છે. અને તેના બંધનમાંથી છૂટવા માટે દુઃખકારક બીજા વધારાના પ્રયત્નો પણ કરે છે. અને અંતે વધુ દુઃખી થાય છે. માયાના પદાર્થો ક્ષણિક છે. તેથી તે પદાર્થમાંથી મળતા સુખ પણ ક્ષણિક જ છે. આમ સુખનો નાથ થવાથી પણ દુઃખી થાય છે. જેમ કે પોતાના જીવનમાં ધન મળવાથી સુખનો અનુભવ થાય છે.

પરંતુ તે ધન ચોરાય જાય કે ધંધામાં ખોટ જાય ત્યારે દુઃખ થાય છે. જીવનમાં સંતાનો પ્રાપ્ત થતાં સુખ થાય છે પરંતુ તે બિમાર પડતા કે દૂર જતાં કે પ્રતિકૂળ થતાં દુઃખ થાય છે. મૃત્યુ પામે તો પણ દુઃખ થાય છે. આમ મન હંમેશા સુખ મેળવવા માટે પાંચ વિષયો તથા જગતના બીજા પદાર્થો, સ્થાવર-જંગમ મિલ્કતો, ધન-દોલત, માન-મોટાઈ, કીર્તિ વગેરે માયાની ચીજો મેળવવા માટે અથાગ પ્રયત્નો જીવનભર કરે છે. પરંતુ અજ્ઞાનતાને કારણે અંતે પરિણામમાં દુઃખ જ ભોગવવાનો સમય આવે છે. તથા કર્મના બંધનોમાં ઘેરાય જાય છે અને જન્મ મરણના ચક્રમાં ફસાય જાય છે. પણ જો સુખના મૂળ કારણ તરફ વિચાર કરવામાં આવે તો સાચું સુખ કયાં રહેલું છે તે જાણી શકાય અને સર્વોત્તમ સુખ શેમાંથી મળે છે તે નકકી કરી શકાય.

જેમ કે ધન દોલતથી સુખી થવાય છે તેમ સૌ કોઈ અનુભવે છે. પરંતુ તેનાથી વધુ સારું ધન કયું ? એ તો પ્રસંગ આવ્યે અનુભવથી સમજી સકાય તેમ છે. માનો કે કોઈની પાસે પાંચ લાખ રૂપિયા ધન છે. હવે તેનો જુવાન પુત્ર બિમાર થયો અને ડોકટરના અભિપ્રાય પ્રમાણે તેનું દર્દ મટાડવા માટે છ લાખની જરૂર પડે ત્યારે રૂપિયાના ધન કરતાં પુત્રધન વધું કિંમતી લાગે છે. તેથી રૂપિયાના

ધનને જતું કરીને પુત્રને બચાવે છે. વહેવારિક ધન કરતાં પુત્રધન શ્રેષ્ઠ છે. પણ હવે માનો કે નદીમાં પૂર આવેલું હોય અને પિતા પુત્ર સાથે પાણીના પુરમાં તણાતા હોય ત્યારે પુત્ર પિતાને પકડે છે તેથી પિતા અને પુત્ર બંને ડૂબી જતાં હોય તેમ જણાય.

ત્યારે પિતા પુત્રને છોડી દેશે અને પોતાને બચાવવાના પ્રયાસો કરે છે. તેથી સાબીત થાય છે કે પુત્રધન કરતાં પોતાનો દેહ વધુ કિંમતી છે. હવે પોતાના દેહમાં કર્મેન્દ્રિયો તથા જ્ઞાનેન્દ્રિયો વધુ કિંમતી છે તે પણ અનુભવે સમજાય છે. જ્ઞાનેન્દ્રિયો જયારે બગડે અને પ્રાણની સલામતી ન રહે ત્યારે પ્રાણને બચાવવા માટે જ્ઞાનેન્દ્રિયોને પણ જતી કરે છે. તેથી સાબિત થાય છે કે ઈન્દ્રિયો કરતાં પ્રાણ ઉત્તમ ધન છે.

પણ જયારે અંતરઆત્માને કોઈ એવી ચોટ લાગી જાય છે ત્યારે તેવા સંજોગોમાં પોતાના આત્માને ખાતર પ્રાણની પણ આહૂતિ આપવાને તૈયાર થઈ જાય છે. તેથી સાબિત થાય છે કે આપણા અંતર આત્મા જેવું બીજું કોઈ ધન કિંમતી નથી. અને આત્મા સર્વોત્તમ ધન છે. કે જે ધનની પ્રાપ્તિ કરવાથી જે સુખ શાંતિ મળે છે તે અલૌકિક અને શાશ્વત હોય છે. માટે હું પોતે માનું છું કે જેને અખંડ આનંદ અને કાયમના સુખ હોય તેવું જીવન જીવવું હોય તો તેને પોતાના સ્વરૂપ એવા આત્માનો અનુભવ કરીને તેમાં મનની વૃત્તિનો લય કરીને સાક્ષીભાવે જીવન વિતાવવું જોઈએ. એ દશાને જ બ્રહ્મદશા કહેવામાં આવે છે. અને તે પદને જ નિર્વાણપદ કહેવામાં આવે છે. એમ મારું માનવું છે અને તેમ કરવા માટેના મારા પ્રયત્નો ચાલુ જ છે.

પ્રશ્ન-૪ : આસપાસના લોકોની જીવન વિશેની સમજ કઈ રીતે જુદી છે ?

જવાબ : આસપાસના દરેક લોકો પોતાનું જીવન, પોતાની વૃત્તિઓ પ્રમાણે વિતાવવા પ્રયત્નો કરતાં હોય છે. પરંતુ દરેકની ચિત્તવૃત્તિઓ અલગ હોવાથી જીવનશૈલી પણ અલગ અલગ હોય છે. દરેકના દેહમાં ઈન્દ્રિયોની વિષય વૃત્તિ, મનની મનોવૃત્તિ તથા બુધ્ધિની જ્ઞાનવૃત્તિ, હૃદયની ભાવવૃત્તિ અને ચિત્તની અજ્ઞાનવૃત્તિ અલગ-અલગ હોવાથી વિચાર, વાણી તથા વર્તનથી દરેકનું જીવન અલગ જણાય છે. કારણ કે દરેક વ્યકિત પોતાનું જીવન, પોતાની વૃત્તિઓ પ્રમાણે જીવવાનો આગ્રહ રાખે છે. તેથી જીવન વિશેની સમજ કંઈક અલગ જ હોય છે. દરેક વ્યકિત બધાનું સારું થાય તેવાં જ પ્રયત્નો કરતા હોય છે. પરંતુ દરેકનો સુખ વિશેનો ખ્યાલ કંઈક અલગ જ છે. માયાના સુખો તો એવા છે કે એક વ્યકિતને માટે તે સુખકારક હોય તે બીજી વ્યકિત માટે દુઃખકારક હોય છે. તે બધાની પાછળનું કારણ ચિત્તવૃત્તિ જુદી જુદી હોવાથી એમ બને છે. આવી ગેરસમજને

કારણે ઘણી વખત આસપાસના લોકો વચ્ચે ઘર્ષણ થાય છે કે તણાવ રહેતો હોય છે. બાકી કોઈ બીજું કારણ હોતું નથી. પણ જો દરેક આત્મવૃત્તિ કેળવે તો તેને (અસંતોષને) નિવારી શકાય છે.

કારણ કે આત્મવૃત્તિ દરેકમાં સમાન છે. તેથી દરેકમાં સમાન દૃષ્ટિકોણ આવે છે. આત્મજ્ઞાનથી બુદ્ધિમાં પ્રકાશ પડે છે તેથી તેની દિવ્ય દૃષ્ટિ બને છે. તેમ થવાથી તેમાં સમદૃષ્ટિ આવે છે અને બુદ્ધિ વિવેકવાળી થાય છે. તેથી ગેરસમજ દુર થાય છે અને ઘર્ષણ નિવારી શકાય છે. અને સુખ શાંતિથી રહે છે.

બસ, હવે વધુ નહીં લખતા અહીં તારા પ્રશ્નો વિશેનું મારું મંતવ્ય પુરું કરું છું. તારા પત્રમાં તે જણાવેલું કે તમારા જવાબો જરા વિસ્તૃત રીતે અને સ્પષ્ટ રીતે સમજાય તે રીતે લખવા. તેથી જવાબો થોડા લંબાણપૂર્વક છે. મેં મારી રીતે હૃદયનો ભાવ તથા અનુભવનો નિચોડ શબ્દોની મર્યાદામાં રહીને સમજાવવાના પ્રયત્નો કરેલા છે. હૃદયનો કે બુદ્ધિનો જે ભાવ હોય તે પૂરેપૂરો શબ્દોમાં નથી આવી શકતો.

તેથી તારે પ્રશ્નો દ્વારા જાણવાનું જે કંઈ હોય તેનાથી અલગ રીતે જ હું પ્રશ્ન સમજયો હોઉં તો તેનો જવાબ પણ તારી અપેક્ષા પ્રમાણેના ન પણ હોય. કારણ કે શબ્દોની મર્યાદાને કારણે કહેવાનું હોય કંઈક અને સમજાતું હોય કંઈક. એવું બંને પક્ષે બનતું હોય છે. માટે વાંચીને મર્મ જાણીને ઘટતું કરવું એ જ સલાહ ભરેલું છે. ભાષામાં કંઈ ભૂલભાલ ભરેલી હોય તો સૂધારી લેવી. મારી તો એવી ઈચ્છા છે કે તમે બંને સાથે મળીને મહામોજ ને ખુશીના સમયે વાંચશો અને યોગ્ય લાગે તો કોઈપણ વ્યકિતને વાંચન માટે આપશો. તેમાં મારી ખુશી રહેલી છે. તેમ જાણવા લખુ છું.

મારા આપેલા જવાબો વિશેનું તારું મંતવ્ય તારી પરીક્ષા પછી તારી અનુકૂળતાએ જયારે રૂબરુ મળીશું ત્યારે વિગતવાર ચર્ચા કરીશું અને આનંદ માણીશું.

(તારી પરિક્ષામાં તને ખૂબ જ સારી સફળતા મળે એવી અમો સદ્ગુરુના ચરણમાં રહીને તને શુભ આશીર્વાદ પાઠવીએ છીએ.)

બસ એ જ...

લી. સંત ચરણરજ દાસાનુંદાસ દિલસુખના

જય ભગવાન, રામ-રામ,

જય સદ્ગુરુ સાહેબ સ્વીકારશો.

:::::-:::::

૨૬. શ્રીહરિભાઈ પટેલ I.A.S. (R) સાહેબના પ્રશ્નો અને તેનાં ઉત્તરો

અધ્યાત્મ ક્ષેત્રે અભ્યાસ કરતા સાધકોને માર્ગદર્શન અને પ્રેરણારૂપ થાય તેવા આશયથી શ્રીહરિભાઈ પટેલ I.A.S. (R)સાહેબે તા.૧૮,૦૫,૨૦૨૨ ના રોજ પ્રશ્નો કરેલ કે...

૧. મનનું શુદ્ધિકરણ કેમ થાય ?

૨. મનની ચોથી (તુરિયા) અવસ્થા શું છે અને તેને કેમ પ્રાપ્ત કરવી ? અને...

૩. આ ચોથી અવસ્થા વડે આત્મસાક્ષાત્કાર કરીને જીવનું કલ્યાણ કેમ કરવું ?

શ્રીહરિભાઈ પટેલ સાહેબના પ્રશ્નોનાં ઉત્તરો

આ પ્રશ્નોના સંતોષકારક સમાધાન માટે મેં અનુભવેલાં જ્ઞાનને શકય એટલું સ્પષ્ટ શબ્દસ્વરૂપ આપવા પ્રયત્ન કરેલો છે જે નીચે મુજબ છે.

મનનાં શુદ્ધિકરણ માટેની સમજ
(ત્રિવેણી સંગમ)
તા. ૨૦-૦૫-૨૦૨૨, ગોંડલ.

મન, પવન, બ્રહ્મને આજ્ઞા કેન્દ્રના સ્થાને ત્રણેયનું મિલન થવું તેને ત્રિવેણી સંગમ કહે છે.

આત્માના સહજ સ્વભાવને લીધે જયારે (ચેતનનું) સ્ફૂરણ થાય છે ત્યારે તેમાંથી ત્રણ શકિતઓ એકસાથે પ્રગટ થાય છે. તેને ત્રિગુણી માયા પણ કહે છે.

પરમ આત્મા

જ્ઞાનશકિત	**સર્જનશકિત**	**ગતિશકિત**
વિષ્ણુ	બ્રહ્મા	મહેશ
મન(અંતઃકરણ)	નાદ(પ્રણવ)	પ્રાણ

વિચાર શકિત અને ઈન્દ્રિયોની જ્ઞાન શકિત શબ્દ-સ્પર્શ રંગ અને ગંધ એ પાંચ વિષયોનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાની શકિત.

છ જ્ઞાનશકિતને અંતરમુખ કરીને એકદોર કરવો તેને સૂરતા કહેવાય.

આમ પહેલા સૂરતાને સાધી તેને નામ (પ્રાણ, હંસો, અનાહત નાદ) સાથે જોડીને આજ્ઞા કેન્દ્રમાં સ્થિત કરવાથી સૂરતા અને પ્રાણનું જોડાણ થશે ત્યારે સહજતાથી કુંડલીની શકિત જાગૃત્ત થઈને સુક્ષ્મણાના માર્ગે થઈને વચન (પ્રણવનાદ) રૂપે થઈને આજ્ઞાચક્રમાં જયાં સૂરતા અને નામનું જોડાણ છે ત્યાં મિલન થશે, ત્યારે તે સ્થિતિને ત્રિવેણી સંગમ કહેવાય છે.

મન-પવન-બ્રહ્મનું મિલન કહેવાય છે. સૂરતા (આત્મવૃત્તિ) નામ, વચન તેને ત્રિવેણી સંગમ કહેવાય છે.

કુંડલીની શકિત વિશેની થોડી સમજ :

પુરુષના શુક્રાણુનું (ચિત્તિશકિત) બુંદ સાથે ભળીને જયારે સ્ત્રીના ગર્ભાશયમાં આરોપણ થાય છે ત્યારે ત્યાં રજસ સાથે સંયોજન થઈને પ્રક્રિયાના ફળ સ્વરૂપે બાળકનું સર્જન થાય છે. તેને નાદ બુંદની ઉત્પતિ કહે છે. ચિત્તિશકિત પ્રાણવાયુમાં રૂપાંતર થઈને ગર્ભનો વિકાસ કરે છે અને પૂર્ણ વિકાસ થયા બાદ બાળકની પ્રસુતિ થાય છે. ત્યારે ચિત્તિ શકિતમાંથી મળતો પ્રાણવાયુ બંધ કરીને હવામાંથી શ્વાસોચ્છવાસ વડે જરૂરી પ્રાણવાયુ પૂરો પાડવાની ક્રિયા ચાલુ કરવામાં આવે છે.

આમ બાળકના જન્મ પહેલા સ્ત્રીના ગર્ભાશયમાં રહેલા ગર્ભને સ્ત્રીની ચિત્તિ શકિત (કુંડલીની) નાળ મારફતે ગર્ભને જરૂરી પ્રાણ વગેરે શકિતઓ પુરી પાડે છે. અને ગર્ભનો વિકાસ કરીને બાળકનું સર્જન કરે છે. બાળકનો પૂર્ણ વિકાસ થયા બાદ પ્રસુતિ થાય છે. ત્યારે નાળ કાપીને માતાના ઉદરની ચિત્તિ શકિતનું જોડાણ કાપી નાંખવામાં આવે છે. અને જરૂરી પ્રાણ હવામાંથી શ્વાસોચ્છવાસ શ્વસન તંત્ર વડે ચાલુ કરવામાં આવે છે અને બીજી જરૂરી શકિતઓ માટે મુખ મારફતે પાચનતંત્રને દૂધ વગેરે જરૂરી ખોરાક આપવામાં આવે છે. અને બાળકનો ઉછેર કરવામાં આવે છે. સમય જતાં બાળકમાંથી યુવાન, આધેડ, વૃધ્ધ વગેરે શરીરની અવસ્થાઓ બદલતી રહે છે અને પોતાનું જીવન વ્યતિત કરે છે.

સામાન્ય રીતે મનુષ્ય ત્રણ અવસ્થાઓ ભોગવે છે.

૧. જાગૃત્ત

૨. સ્વપ્ન

૩. સુશુપ્તી

પરંતુ ચોથી તુરિયા અવસ્થા નથી ભોગવતો. કારણ કે શરીરમાં રહેલી કુંડલીની શકિત વિકાસ પામીને જાગૃત્ત થયેલ નથી. પરંતુ સુશુપ્ત અવસ્થામાં છે. ચિત્તિ શકિત વિદ્યમાન હોવા છતાં કાર્યશીલ નથી. પણ જેણે કોઈપણ રીતે

તેનામાં રહેલ દૈવી કુંડલીની શકિતને કાર્યશીલ કરેલી હોય તો તે ચોથી તુરિયા અવસ્થાને ભોગવીને, ધ્યાન સમાધિ વગેરે કરીને તે પરમ શકિતની મદદથી ચિત્તમાં રહેલા કર્મના સુક્ષ્મ બીજકોને એટલે કે સંચિત કર્મોને બાળી નાંખે છે એટલે કે નિષ્ક્રિય કરી નાંખે છે. અને જન્મ-મરણના ચક્રમાંથી છોડાવે છે. અને જીવનું કલ્યાણ કરે છે. તેથી તે શકિતને કલ્યાણકારી શિવની દિવ્યશકિત કહેવામાં આવે છે. તેને અવ-ચેતના અથવા અજાગૃત્ત મન પણ કહે છે.

ધ્યાન

તા. ૨૧, ૦૫, ૨૦૨૨

મૂળચેતનમાંથી કે'તા સહજ સ્વભાવિકતાથી છૂટી પડેલી ત્રણ શકિતઓ જેવી કે સર્જન શકિત, ગતિ શકિત, જ્ઞાન શકિત કે જેના વડે પ્રાણીઓના જીવન ચાલે છે. જેમ કે સર્જન શકિત વડે ખાધેલા ખોરાકનું પાચન થઈને તેમાંથી જુદાં જુદાં જરૂરી કોષો અનમય, પ્રાણમય, મનોમય, વિજ્ઞાનમય અને આનંદમય બને છે. અને બીનજરૂરી મળ, મૂત્ર, લાળ વગેરે પણ બને છે. અને ગતિશકિત (પ્રાણ) વડે સર્જન થયેલા તત્ત્વો તેમના યોગ્ય સ્થાનમાં પહોંચાડે છે. અને બીનજરૂરી પદાર્થોને ઉત્સર્ગ ક્રિયા મારફતે બહાર ફેંકી દે છે. અને જ્ઞાનશકિત વડે જ્ઞાનેન્દ્રિયો તથા મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત વગેરે કાર્યશીલ રહીને પોતપોતાનો વહીવટ ચલાવે છે.

આમ ચેતન એ આપણું મૂળસ્વરૂપ છે. અને એ ચેતનમાંથી જ ત્રણેય શકિતઓની ઉત્પતિ, વિકાસ અને વિસ્તાર થયેલ છે. તેમાંથી ત્રણ ગુણ, પાંચ તત્ત્વ, પચ્ચીસ પ્રકૃતિ વગેરે થઈને શરીરની રચના થઈ છે. તેમાં જ્ઞાનેન્દ્રિયો, કર્મેન્દ્રિયો, લોહી, હાડકા, માંસ, નાડીઓ અને ચામડી વગેરે તથા પાંચ પ્રાણ અને અંતઃકરણ વિગેરેનું સર્જન, પાલન, વિસર્જન ઉપરોકત ત્રણે શકિતઓ દ્વારા થતું રહે છે.

એ ત્રણે શકિતઓ આત્મા (ચેતન) માંથી ઉત્પન્ન થઈ છે અને આત્માના તેજ વડે ચાલે છે. પરંતુ આત્મામાં કોઈપણ પ્રકારનો ફેરફાર થયેલ નથી. સહસ્ત્રદળ કેન્દ્ર આત્માના તેજથી પ્રકાશી રહ્યું છે અને તેના તેજ વડે જ ત્રિગુણાત્મક શકિતઓ કાર્ય કરી રહેલ છે.

હવે જો આપણે પોતાના મૂળસ્વરૂપને પામવું હોય તો આપણી ઈન્દ્રિયો મારફતે અને અંતઃકરણ મારફતે બહીર્મુખી થઈને વિખરાયેલી શકિતઓને તથા નાભિ સ્થાન પાસે સુશુપ્ત રહેલી કુંડલીની શકિત (અજાગૃત્ત મન) ને જાગૃત્ત

કરીને બધી શકિતઓને આજ્ઞાચક્ર પાસે કેન્દ્રગામી કરીને સહસ્ત્રદળ કેન્દ્રમાં રહેલા આત્મા (સદાશિવ) સુધી લઈ જવાની હોય છે. ત્યાં આત્મામાં લીન થવા (ભળવા) થી જ પોતાના સ્વરૂપમાં સ્થિત થયા કહેવાય. અને એ જ આપણાં સ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર કરવાથી ખોટા પકડાયેલ અહંકારમાંથી મુકત થઈને મૂળ સ્વરૂપ આત્મામાં સ્થિત થવાય ત્યારે આપણું કલ્યાણ થાય.

આમ કરવા માટે પહેલા સૂરતા સાધવી પડે. સૂરતા એટલે જ્ઞાનેન્દ્રિયો મારફતે વહેતી ચેતના અને મન મારફતે વિચારો, કલ્પનાઓ વગેરે મારફતે બહીર્મુખી થતી ચેતનાઓને એક દોર કરીને અંતરમુખી થાય ત્યારે તેને સૂરતા કહેવાય. એ સૂરતા ધ્યાન દ્વારા અંતરમુખી થઈને જયારે આજ્ઞા કેન્દ્રમાં સ્થિત થાય ત્યારે પ્રાણો પણ શાંત થાય છે. ત્યારે પ્રાણની શકિતઓ પણ ત્યાં આજ્ઞા કેન્દ્રમાં સ્થિર થશે. આમ થવાથી કે કંઠથી નીચે આવેલા શરીર (ધડ)માં પ્રાણ બંધ પડશે ત્યારે અનાયાસે સુશુપ્ત રહેલી કુંડલીની શકિત એકાએક પોતાની મેળાએ જાગૃત્ત થઈને પ્રાણમાં રૂપાંતર થાય છે. અને શરીરને જરૂરી પ્રાણશકિત પહોંચાડે છે. અને ઉર્ધવગામી થઈને સુક્ષ્મણાની નાડી મારફતે આજ્ઞા કેન્દ્ર પાસે પહોંચી જાય છે. એવી મનુષ્યના શરીરમાં કુદરતી રીતે જ રચના થયેલી છે.(જેમ વીજળીની મેઈન પાવર સપ્લાય બંધ થાય ત્યારે ઓટોમેટીક પ્રાઈવેટ બેટરી સપ્લાય ચાલુ થઈ જાય છે તે જ રીતે)

આમ ત્રણે શકિતઓ જેમકે....

૧. મન અને ઈન્દ્રિયોની ચેતના કેતા સૂરતા જ્ઞાનશકિત

૨. પાંચે પ્રાણોની શકિતઓ ગતિશકિત

૩. કુંડલીની શકિત પ્રણવનાદની સર્જનશકિત

સૂરતા - નામ - વચન :

એટલે કે મન, પવન અને બ્રહ્મ ત્રણેયનું આજ્ઞા કેન્દ્ર પાસે મિલન થાય ત્યારે ત્રિવેણી સંગમ થયો કહેવાય. આમ બધી શકિતઓ ભેગી થાય ત્યારે આજ્ઞા કેન્દ્રથી સહસ્ત્રદળ તરફ જવાની યોગ્યતા આવે છે. જયારે ત્રણે શકિતઓ ભેગી થાય છે ત્યારે તે બંકનાળ મારફતે આજ્ઞાકેન્દ્રના એક છેડે મોટા મગજથી બીજા છેડાએ આવેલા નાના મગજ તરફ બંકનાળ (વાંકા-ચુંકા) મારફતે ગતિ કરે છે. નાનું મગજ પાણીમાં તરતું હોય છે. તે સ્થાનને ત્રિકુટીનું કેન્દ્ર પણ કહે છે.

આમ કુંડલીની શકિત કેતા વચનરૂપી પાલખીમાં મનરૂપી સૂરતા બેસી જાય અને નામ કેતા અનાહતનાદની દોરી પકડી રાખે તો આજ્ઞા કેન્દ્રથી ત્રિકુટીના કેન્દ્ર સુધી ગતિ કરતા ચિત્તમાં (કારણ દેહ, વાસનિક દેહમાં) રહેલા સંચિત કર્મોનો નાશ

થઈ જાય છે અને સૂરતાનું રૂપાંતર કુટસ્થ બ્રહ્મમાં (શુધ્ધ આત્મામાં) થાય છે. ત્યારે બ્રહ્મ દ્દષ્ટિ ખીલે છે. કે જેને બ્રહ્મરંઘ્ર પણ કહે છે. અને તે દ્દષ્ટિ વડે જ સહસ્ત્રદળમાં રહેલ સદાશિવના દર્શન થઈ શકે છે. અને આમ દર્શન કરવાથી જ કાળ અને માયામાંથી મુકિત મેળવીને પરમપદને પામીને પોતાનું કલ્યાણ કરી શકાય છે.

નોંધ : ૧. અંતઃકરણમાં રહેલી બુધ્ધિને પ્રાકૃતિક બુધ્ધિ કહે છે.

૨. આજ્ઞાકેન્દ્રમાં સૂરતા પહોંચે ત્યારે તે બુધ્ધમાં પ્રકાશ થઈને વધુ જ્ઞાનવાળી બુધ્ધિને પ્રજ્ઞા બુધ્ધિ કહે છે.

૩. ત્રિકુટી પહોંચીને બ્રહ્મદ્દષ્ટિથી જયારે પરમ આત્માના દર્શન કરવાથી જે જ્ઞાનવાળી બુધ્ધિ થાય છે તેને ઋતંભરા બુધ્ધિ કહેવામાં આવે છે.

૧. મનની ચોથી અવસ્થા : તુરિયા માટેની સમજ તા. ૩૦-૦૫-૨૦૨૨

પરમાત્માની પ્રકૃતિનું જે સર્જન છે તેમાં મનુષ્યના દેહનું સર્જન સર્વોત્તમ છે. તે સર્વગુણ સંપન્ન છે. આખા બ્રહ્માંડની જેવી રચના છે તેવી આબેહુબ સુક્ષ્મરૂપે મનુષ્યના દેહની છે. તેથી ‘‘પીંડે સો બ્રહ્માંડે’’ એમ કહેવાય છે. દેહનું સંચાલન મનથી જ થાય છે. માટે તેને મનુષ્ય કહેવામાં આવે છે.

સામાન્ય રીતે મનુષ્ય જાગૃત્ત - સ્વપ્ન અને સુશુપ્તિ એમ ત્રણ અવસ્થા ભોગવે છે. અને સુખી - દુઃખી થાય છે. અવિદ્યાને કારણે હું, મારું, રાગ, દ્વેષ, ભય-ચિંતા, વિષયો-વિકારો વગેરેના બંધનોમાં સપડાય જાય છે અને જન્મ-મરણના ચક્રમાં પડી જાય છે. પણ જો જ્ઞાન-વૈરાગ્યનો અભ્યાસ કરીને ચોથી અવસ્થા એટલે કે તુરિયા સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરીને તેમાં ધ્યાન-સમાધિનો અભ્યાસ કરીને પોતાના નિજસ્વરૂપ આત્મામાં સ્થિત થઈને જીવનમુકિત પામી, કાયમના સુખ-સંતોષ, શાંતિ, આનંદ વગેરે મેળવીને આખરે નિર્વાણપદને પામે છે.

હવે આ અગત્યની ચોથી અવસ્થા એટલે કે તુરિયા સ્થિતિ એટલે શું ? અને તે અવસ્થામાં રહીને કેવી રીતે અભ્યાસ કરવો ? તે જાણવા માટે આપણાં શરીરની રચના થોડી સમજી લેવી જરૂરી છે. આપણાં ચાર શરીરો સ્થૂળ, સુક્ષ્મ, કારણ અને મહાકારણ ડુંગળીના ફોતરાની જેમ એકબીજા સાથે સંયુકત થયેલા છે અને એકબીજાના આધારે ટકી રહ્યાં છે. આ ચારેય શરીરોમાં મન જુદાં જુદાં અભિમાન ધરીને જુદી જુદી સ્થિતીમાં રહીને જુદાં જુદાં વિચાર, વાણી, વર્તન કરે છે.

૧. જાગૃત્ત અવસ્થા : જયારે મન સંકલ્પ કરીને, વિશ્વરૂપનું અભિમાન ધરીને

જેમ કે પુરુષ-સ્ત્રી, હીન્દુ, પટેલ, વકીલ, ડોકટર વગેરે કાંઈક બનીને પ્રાકૃતિક જગતમાં ઈન્દ્રિયો દ્વારા વિષયો ભોગવે છે કે વિચાર, વાણી, વર્તન કરે છે. તેને જાગૃત્તિ કહે છે.

૨. સ્વપ્ન અવસ્થા : જયારે મન, ઈન્દ્રિયો કે તેના વિષયોથી પર થઈને વૈશ્વિક અભિમાન છોડીને, પ્રાકૃતિક જગતથી પર થઈને તેજસ અભિમાન ધરીને પોતાની અવિદ્યા શકિતની મદદથી કોઈ બીજા જ માયાવી જગતની રચના કરીને તેમાં તેજસ રૂપે રાચે છે તે સ્થિતિને સ્વપ્ન કહે છે.

૩. સુશુપ્તિ : જયારે મન જાગૃત કે સ્વપ્ન બંને અવસ્થા અને તેના ધરેલા અભિમાન છોડીને હૃદય કેન્દ્રમાં પ્રાણની સાથે લય પામીને શાંત થઈ જાય છે તેને સુશુપ્તિ કહે છે. તે સ્થિતિમાં મન પૂર્ણ રીતે અજ્ઞાન હોય છે. માટે મનની તે અવસ્થાના અભિમાનને પ્રાજ્ઞ કહેવાય છે.

૪. તુરિયા સ્થિતિ : જયારે મન, જાગૃત્ત, સ્વપ્ન અવસ્થાથી પર થઈને હૃદય કેન્દ્રમાં જઈને પ્રાણ સાથે લય ન પામતા જાગૃત્ત રહે છે ત્યારે મન પરમ જાગૃત્ત સ્થિતિમાં હોય છે. તે ઈન્દ્રિયાતિત સ્થિતિમાં બ્રહ્મનું અભિમાન ધારણ કરે છે. ત્યારે તે સ્થિતિમાં મનની વૃત્તિને સૂરતા કહે છે. માત્ર સૂરતા વડે જ દિવ્યશ્રવણ(અનાહતનાદ)દિવ્યપ્રકાશ, અમીરસ, દિવ્યસુગંધ (કસ્તુરીની વાસ)દિવ્યશીતળતા વગેરેનો અનુભવ કરીને આનંદ પામે છે. તે સ્થિતિને મનની તુરિયા અવસ્થા કહેવાય છે. તે સ્થિતિમાં મન સૂરતા રૂપે રહીને ધ્યાન, ભજન, સમાધિ વડે જ્ઞાન વૈરાગ્ય પ્રાપ્ત કરે છે. અને પોતાનું કલ્યાણ કરે છે.

શરીર : **સ્થૂળ, સુક્ષ્મ, કારણ, મહાકારણ**
મન : **જાગૃત્ત, અર્ધજાગૃત્ત, અજાગૃત્ત, પરમજાગૃત્ત (સૂરતા)**
વાણી : **વૈખરી, મધ્યમા, પશ્યંતી, પરાવાણી**
કાર્ય : **જાગૃત્તિમાં - વિચાર, વાણી, વર્તન**
સ્વપ્નમાં - સ્વપ્નો રચવા, કપોળ કલ્પના કરવી
સુશુપ્તિમાં - શાંતદશા
તુરિયામાં - ધ્યાન, સમાધિ અને આત્મવિચાર

આ ઈંડ - પીંડ કે બ્રહ્માંડ કંઈ ન હતું ત્યારે માત્ર સુક્ષ્મતાથી સુક્ષ્મ ચૈતન્ય ઘન હતું કે જે ત્રિકાળા બાધિત છે. કાયમનું સત્ય છે તેને પરમાત્મા કે પરાત્પર બ્રહ્મ કહે છે. તેના સહજ સ્વભાવથી જયારે તેમા વિઘટનાત્મક ઘટના બને છે ત્યારે એક સાથે જ ત્રણ ત્રિગુણાત્મક શકિતઓનો આવિષ્કાર થાય છે.
પરમાત્મામાંથી ત્રણ શકિતઓનું સ્કૂરણ થાય છે.

૧. નાદબ્રહ્મ, સ્પંદનરૂપે વિસ્તાર પામે છે. તે સર્જન શકિત ચિત્તી શકિત ઓમકારરૂપે વચન

૨. ઉર્જા, પ્રાણરૂપે વિસ્તાર પામે છે. તે ગતિશકિત પ્રાણશકિત હંસોરૂપે (પવન) નામ

૩. પ્રકાશ-વિમર્શ, વસ્તુને પ્રકાશે છે અને તેનું જ્ઞાન પણ આપે છે. તે જ્ઞાનશકિત ચેતનરૂપે મન (અંતઃકરણ)

જયારે ચેતનનો વિસ્ફોટ થાય છે ત્યારે મૂળ ઘ્વની (કે જેને પ્રણવનાદ ચિતીશકિત કે મૂળ વચન કહે છે) ઉત્પન્ન થાય છે. તે ઘ્વનિનું સ્પંદનોમાં રૂપાંતર થઈને વિસ્તાર પામે છે. તે સ્પંદન શકિત વડે ભિન્ન ભિન્ન પ્રકારના સર્જન થયાં કરે છે.

મૂળઘ્વનિ સાથે જ મૂળ ઊર્જાશકિત, વિશ્વાનર પ્રાણશકિત પણ ઉત્પન્ન થાય છે. તે પ્રાણશકિત વડે સર્જન થયેલ વસ્તુનો વિકાસ થાય છે. અને મૂળ માં ઉત્પન્ન થયેલ જ્ઞાનશકિત વડે તે વસ્તુનું પાલન થાય છે. આમ મૂળ ચેતનમાંથી આવિષ્કાર પામેલી ત્રિગુણાત્મક શકિત વડે પ્રકૃતિનું સર્જન, પાલન અને વિસર્જનની પ્રક્રિયા થતી રહે છે.(તે સમષ્ટી રૂપે બ્રહ્માંડ તરીકે ઓળખાય છે.)

વ્યષ્ટી રૂપે આપણા શરીરની રચના પ્રથમ શુક્રાણુ સાથેનું બુંદ સ્ત્રીના ગર્ભાશયમાં હોય ત્યારે સ્ત્રીની ચિત્તિશકિત (કુંડલીની) ક્રિયાશીલ થઈને બુંદમાંથી ક્રમબદ્ધ રીતે બાળકનું પૂર્ણરૂપે સર્જન કરે છે. તે સર્જન થયેલ બાળક જયારે અવતરણ (જન્મ) પામે છે ત્યારે માતાની કુંડલીની શકિત સાથેનું જોડાણ કાપી નાંખવામાં આવે છે. અને હવામાં રહેલ પ્રાણશકિત સાથે શ્વસન તંત્ર મારફતે જોડાણ ચાલુ કરી આપવામાં આવે છે. અને બાળકમાં નાભિ પાસે ચિત્તીશકિત સુશુપ્ત અવસ્થામાં વિદ્યમાન હોય છે. આમ સર્જન પામેલા બાળકનો વિકાસ પ્રાણશકિત મારફતે અને પાલન પોષણ જ્ઞાનશકિત દ્વારા થાય છે. અને આખરે પ્રાણશકિત સાથેનું જોડાણ જયારે કપાય જાય છે ત્યારે શરીરનું વિસર્જન થાય છે. (જેને પ્રાણ પંખેરૂ ઊડી ગયું કે મૃત્યુ થયું તેમ કરેવામાં આવે છે.)

આમ પરમ ચૈતન્યમાંથી ઘટનાત્મક વિઘટના દ્વારા ત્રિગુણી શકિત ઉત્પન્ન થઈ અને તેમાંથી પ્રકૃતિ થઈ અને તે પ્રકૃતિ સાથે જે વ્યાપક ચેતન છે તે ભળે છે. ત્યારે પ્રકૃતિ સાથેના ચેતનને પુરુષ કહે છે. પુરુષ અને પ્રકૃતિના મિલનને સાંખ્યયોગ કહે છે. કોઈ તેને જડ-ચેતન તરીકે તો કોઈ તેને શિવ-શકિતનો યોગ કહે છે. આમ પુરુષના અને પ્રકૃતિના યોગથી જ સર્જન પાલન થાય છે. અને વિયોગથી વિસર્જન થાય છે. સાંખ્યયોગના સિદ્ધાંત પ્રમાણે ઈશ્વર જેવું કોઈ જુદું અલગથી અસ્તિત્વ નથી પણ મૂળ અસ્તિત્વમાં અવ્યકતરૂપે પ્રકૃતિ રહેલી

જ હોય છે. જેમ મયૂરના ઈંડાના રસમાં મોરલો અવ્યકત રૂપે રહેલ છે પણ યોગ્ય સમય થતાં તે રસમાંથી મોરનું પ્રાગટ્ય થાય છે. જેમ વૃક્ષના બીજમાં પણ વૃક્ષ અવ્યકત રૂપે રહેલ છે. પણ જમીન, પાણી અને સમયનો યોગ થતાં બીજમાંથી વૃક્ષનું પ્રાગટ્ય થાય છે. તેવી જ રીતે યુગે યુગે અસ્તિત્વમાંથી બ્રહ્માંડનું પ્રાગટ્ય થાય છે. વિકાસ થાય છે અને વિસર્જન થાય છે. ત્યારે સુક્ષ્મરૂપે (અવ્યકતરૂપે) અસ્તિત્વમાં સમાય જાય છે કે લય પામી જાય છે. આવી રીતે સમષ્ટી બ્રહ્માંડની ઉત્પતિ, સ્થિતિ અને લય થયા કરે છે. તેવી જ રીતે મનુષ્યના દેહનું પણ સર્જન, પાલન, વિસર્જન થયાં કરે છે. એ સિધ્ધાંત બ્રહ્માંડ અને દેહના પીંડને સરખો જ લાગુ પડે છે. માટે ''પીંડે સો બ્રહ્માંડે'' કહેવાય છે.

હવે આપણાં મૂળ વિષય તુરિયા સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવા માટે મનની વૃત્તિને સૂરતામાં રૂપાંતર કરવા માટેનો અભ્યાસ કેવી રીતે કરવો તે વિશે જાણીએ.

જયારે મન પોતાના મૂળસ્વરૂપ આત્માના વિચાર છોડીને પ્રકૃતિ કે માયાના વિચાર મારફતે ઈન્દ્રિયો સાથે રહીને પોતાની ચેતના (તન્માત્રા) વડે બહીર્મુખી થઈને રાચે છે ત્યારે મનની વૃત્તિને પ્રાકૃતિક કે માયાવી વૃત્તિ કહે છે. પણ જો પોતાની ચેતનાને પોતાના મૂળસ્વરૂપ આત્મા તરફ જવા માટે અંતરમુખી બનાવીને, જગતના વિષયો તરફથી પાછી વાળીને આત્મા તરફ જ રાખવામાં આવે તો તે મનની વૃત્તિને સૂરતા કહે છે. જયારે જાગૃત્ત સ્વપ્ન કે સુશુપ્તી ત્રણે અવસ્થાથી પર થઈને ચોથી અવસ્થા તુરિયામાં હોય છે ત્યારે મનની વૃત્તિને સૂરતા કહે છે.

પાંચેય જ્ઞાનેન્દ્રિયોના વિષય ભોગવવા માટે મન પોતાની ચેતનાનું વિષયોની તન્માત્રામાં રૂપાંતર કરીને તે વિષયોને ભોગવે છે. આમ મન પોતે જ માયા કે પ્રકૃતિના વિચારો કે કપોળ કલ્પનાઓ કરવી કે સ્વપ્નાઓ રચવામાં પોતાની ચેતનાને બીનજરૂરી વેડફી નાંખે છે. તે વ્યય થતી ચેતનાને અટકાવીને પાછી આત્મા તરફ વાળવી તેને યોગની ભાષામાં પ્રત્યાહાર કહે છે. પ્રત્યાહાર થયેલી પાંચેય જ્ઞાનેન્દ્રિયોની તન્માત્રાની ચેતના અને મનની વિચાર મારફતે જતી ચેતનાનો એકદોર કરીને કોઈ એક જ વિષય ઉપર ધારણા ધ્યાન સમાધિ કરવાની ક્ષમતાવાળું મન થાય ત્યારે યોગની ભાષામાં તેને સંયમી મન કહે છે. અને સંતો ભકતો તેને સૂરતા કહે છે. ત્યારે મનની જે અવસ્થા હોય છે તેને તુરિયાવસ્થા કહે છે. જયારે મન સંયમી કે સૂરતામાં રૂપાંતર થાય ત્યારે જ તેના માટે ચોથી અવસ્થામાં દાખલ થવાના દ્વાર ખુલે છે. અને આમ તુરિયાવસ્થામાં દાખલ થઈને અભ્યાસ દ્વારા તેમાં રહેલી પરમ શકિત (અજાગૃત્ત મન) ને ઉજાગર કરીને તે શકિત વડે પોતાનું કલ્યાણ કરી શકે છે.

જીવનાં કલ્યાણ માટેની જરુરી સમજ

હવે આપણે મનને સંયમી કે સૂરતામાં કેવી રીતે રૂપાંતર કરવું તે વિશેની માહિતી આત્મસાક્ષાત્કાર - સ્વાનુભવ પુસ્તકમાં પાના નં. ૭૩ થી ૮૬ સુધીમાં વિશેષ કરીને વિસ્તારથી સમજાવવામાં આવેલ છે. તે રીતે અથવા તો બીજી કોઈપણ અનુકૂળ રીતે સાધના કરીને સૂરતાને સૌ પ્રથમ સાધી લેવી ખૂબ જ જરૂરી છે. મન સૂરતારૂપે થવાથી અંતરમુખી થઈ જાય છે. બહારના વિષયો અને અંદરના કપોળ કલ્પનાના વિચારોમાંથી મુકત થઈને એકાગ્રતા કેળવીને સંયમી બની જાય છે. અને તે વડે ધ્યાન સમાધિ કરીને પોતાનાં મૂળ આત્મસ્વરૂપમાં સ્થિત થાય છે અને પોતાનું કલ્યાણ કરે છે.

સૂરતા સાધીને તુરિયા (ચોથી) અવસ્થામાં રહીને પોતાના સ્વરૂપને પામવાની અનેક પ્રકારની સાધનાઓ ભારતમાં પ્રચલિત છે. તેમાં નીચે મુજબની મુખ્ય છે.

૧. **જ્ઞાનયોગ :** વિવેક, વૈરાગ્ય અને ષટ સંપતિ (સમ, દમ, ઉપરતી, તિતિક્ષા, શ્રધ્ધા અને સમાધાન) અને મુમુક્ષુભાવ, એમ ચતુશ સાધન વડે સૂરતાને સાધીને શ્રવણ મનન અને નિદિધ્યાસન વડે સ્વરૂપમાં સ્થિત થવું.

૨. **ધ્યાન યોગ :** પાતંજલ સુત્રોમાં સમાધિપાદમાં ચિત્તવૃત્તિનો નિરોધ કરીને મનને સંયમી બનાવીને ધ્યાન સમાધિ વડે અભ્યાસ કરીને વશિકાર વૈરાગ્ય અને આખરે પર વૈરાગ્યની સ્થિતિ કેળવીને નિજસ્વરૂપમાં સ્થિતિને પામવાનો ઉલ્લેખ છે. અને સાધન પાદમાં પણ યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ અને પ્રત્યાહાર કરીને મનને અંતરમુખી કરી સંયમી બનાવીને ચોથી અવસ્થામાં ધ્યાન સમાધિ વડે સ્વરૂપ સાધી લેવાનું બતાવેલ છે.

૩. **કર્મયોગ :** શ્રીમદ ભગવદ્ ગીતામાં શ્રીકૃષ્ણે અર્જુનને સહજ સમાધિમાં રહીને વિચાર, વાણી, વર્તન કેમ કરવા (નિષ્કામ ભાવે) એટલે કે મનની વૃત્તિઓને વિષયોમાંથી પાછી વાળીને આત્મામાં સ્થિત કરવાનો બોધ અધ્યાય ૨ (બે) સ્થિતપ્રજ્ઞતાના લક્ષણોમાં સૂત્રો નં.૫૪ થી ૭૨ માં સુંદર રીતે વર્ણન કરવામાં આવેલ છે. કે વૃત્તિને અંતરમુખી કરીને બ્રહ્માકાર કેવી રીતે કરવી.

૪. અષ્ટાવક્ર ગીતામાં પણ અષ્ટાવક્ર મુનિ જનક રાજાને બોધ આપતા કહે છે કે પ્રકૃતિના બધા વિષયોને વિષ સમાન સમજીને તેમાં વૈરાગ્ય કેળવીને પોતાના નિજસ્વરૂપ આત્મામાં સ્થિતિ પામીને વિદેહ મુક્તિ મેળવી લેવી. તેવો ઉલ્લેખ પ્રકરણ-૧ માં સૂત્રો ૧ થી ૨૦ માં કરવામાં આવેલ છે.

૫. બૌધ ધર્મીઓની વિપશ્યનાની સાધનામાં પણ મનની વૃત્તિઓને પ્રાણની સાથે જોડી રાખવામાં આવે છે જેના પરિણામે મનોવૃત્તિ શુદ્ધ સ્થિર થઈ એકાગ્રતાથી ધ્યાન સમાધિ કરી નિર્વાણ પદને પામે છે.

૬. હઠયોગીઓ પણ સૂર્યનાડી અને ચંદ્રનાડીથી ચાલતા પ્રાણ-અપાનમાં મનને પરોવીને અભ્યાસ દ્વારા કુંડલીની શક્તિ જગાડીને સિદ્ધિઓને પામે છે.

૭. કબીરસાહેબ અને અનેક સંતો -ભક્તો પણ ગુરુમંત્રનો જાપ જપી સૂરતા સાધીને અજપા જાપમાં રહીને ભજન, ધ્યાન, સમાધિ દ્વારા આખરે ઉન્મુની અવસ્થા કેળવીને મહાશૂન્યમાંથી પસાર થઈને સચખંડમાં શૂન શિખરે પહોંચવાની વાત કરે છે.

૮. યોગીઓ પણ હંસ કે સોહમમંત્રની ઉપાસના વડે મનની વૃત્તિઓને અંતરમુખી બનાવીને અજપા જાપ વડે સ્વરૂપમાં સ્થિત થવાનું કહે છે. તેને અજપા ગાયત્રી પણ કહે છે.

હવે ફરી પાછા આપણે મૂળ વિષય ઉપર આવીએ.

ઉપરોક્ત બતાવેલી કોઈ પણ અનુકૂળ આવે તે રીત અપનાવીને સૌ પ્રથમ સૂરતા સાધી લેવી કે મન સંયમી બનાવી લેવું અને ચોથી તુરિયામાં દાખલ થઈને તેમાં કેમ આગળ વધવું તે જોઈએ. તેમાં આગળ વધવામાં મનના મળ, વિક્ષેપ અને આવરણ કેમ હટાવવા (દૂર કરવાં).

૧. **મનના મળ :**

અવિદ્યા, અસ્મિતા, રાગ, દ્વેષ અને અભિનિવેશ (જડતાપણું)

મારા અનુભવ પ્રમાણે જયારે સુરતા શબ્દનો અભ્યાસ ભ્રકુટી કેન્દ્રમાં રહીને કરવાથી મન કેતા સૂરતા શબ્દમાં લીન થઈને શબ્દનું રૂપ ધારણ કરી લે છે. એટલે કે સબળ બ્રહ્મરૂપે બને છે. તે સ્થિતિને યોગની ભાષામાં સવિતર્ક, સવિચાર સમાધિ કહે છે. આમ સૂરતા શબ્દનો કાયમ અભ્યાસ કરવાથી ધીમે

ધીમે બધા મળ ધોવાય જશે અને મન નિર્મળ થઈ નિર્વિચાર સ્થિતિમાં આવી જશે. અને વશીકાર વૈરાગ્ય ઉત્પન્ન થશે.

૨. બુધ્ધિના વિક્ષેપો :

રોગ, માનસિક જડતા, સંશય(સંદેહ), પ્રમાદ(અભ્યાસ તરફ બેકાળજી), આળસ, આસકિત, મિથ્યાજ્ઞાન, આર્થિક નબળાઈ (ગરીબાઈ)આ નવ વિક્ષેપો સાધનામાં આગળ વધવામાં વિધ્ન લાવે છે.

મારા અનુભવ પ્રમાણે નૂરતાને સૂરતા શબ્દની સાથે જોડી દેવાથી ધ્યાન સમાધિમાં પ્રકાશના માર્ગે આગળ વધતાં આજ્ઞા કેન્દ્રમાં નૂરતા-સૂરતા શબ્દને એકાગ્ર કરીને ધ્યાન સમાધિનો અભ્યાસ કરવાથી બુધ્ધિ દિવ્યપ્રકાશવાળી એટલે કે પ્રજ્ઞાવાન બની જશે ત્યારે પ્રાકૃતિક બુધ્ધિના બધાં વિક્ષેપો દૂર થઈ જશે. તે સ્થિતિમાં જે સમાધિ અવસ્થા હોય તેને આનંદ સમાધિ, અસ્મિતા સમાધિની સ્થિતિ કહે છે. (યોગની ભાષામાં)

આમ સૂરતા શબ્દનો અભ્યાસ કરતાં કરતાં આજ્ઞા કેન્દ્ર સુધી પહોંચીને મનના મળ અને બુધ્ધિના વિક્ષેપો દુર કર્યા હવે બાકી રહેલી, ચિત્તમાં ભરાય પડેલી તૃષ્ણાઓ, આશાઓ, સુક્ષ્મ વાસનાઓ, સંસ્કારો વગેરેથી ઉત્પન્ન થયેલી મુખ્ય પાંચ વૃત્તિઓ

૧. સમ્યક જ્ઞાન

૨. મિથ્યા જ્ઞાન

૩. કલ્પના

૪. ઊંઘ

૫. સ્મૃતિઓ

આ ચિત્તવૃત્તિઓનો નિરોધ કરવા માટે નિર્મળ થયેલા મનની ચેતના શકિત સ્થિર થયેલા પ્રાણની ચેતના શકિત અને જાગૃત્ત થયેલ કુંડલીની ચેતના શકિત.

ઉપરોકત ત્રણે શકિતનો જયારે આજ્ઞા કેન્દ્રમાં મિલાપ થાય છે ત્યારે મહાશકિતમાં રૂપાંતર થઈને ત્રિકુટીમાં દાખલ થઈને તેના કેન્દ્રમાં(ત્રિકુટીના કેન્દ્રમાં)ધ્યાન સમાધિના અભ્યાસ દ્વારા ચિત્તવૃત્તિઓનો સંપૂર્ણપણે નિરોધ થઈ જાય છે. એ મારો અનુભવ છે. યોગની ભાષામાં અસંપ્રજ્ઞાત સમાધી દરમ્યાન નિર્વિકલ્પ, નિરબીજ સમાધિ તરીકે ઓળખાય છે. ચિત્ત સંપૂર્ણ નિરબીજ થઈને ચિદાકાશમાં રૂપાંતર પામે છે ત્યારે મન કુટસ્થ બ્રહ્મનું રૂપ ધારણ કરે છે. આખુ અંતઃકરણ બ્રહ્માકાર થઈ જાય છે. તે સ્થિતિમાં બુધ્ધિને ઋતંભરા કહે છે. ત્યારે સહસ્ત્રદળમાં પ્રકાશિત રહેલ સદાશિવના દર્શન કરીને પોતાનું કલ્યાણ કરે છે. ત્યારબાદ સમાધિમાં આગળ વધીને સચખંડમાં દાખલ થઈને સમાધિ કરે છે. તે સમાધિને ધર્મમેઘ કહે છે.

યોગની ભાષામાં કહીએ તો મન સંયમી બનીને ચોથી અવસ્થા તુરિયામાં રહીને ધ્યાન દ્વારા સવિર્તક, સવિચાર, આનંદ, અસ્મિતા, સમાધી એમ ચાર સમાધિ દ્વારા સમપ્રજ્ઞાત સમાધિની સ્થિતિ કેળવીને બાદમાં વધુ અભ્યાસ કરીને અસમપ્રજ્ઞાત સમાધિમાં રહીને નિર્વિકલ્પ, નિરબીજ દ્વારા પર વૈરાગ્ય કેળવીને છેલ્લે ધર્મમેઘ સમાધિ દ્વારા સચખંડમાં દાખલ થાય છે ત્યારબાદ કોઈ પણ પ્રયાસ વગર સહજ સમાધિમાં રહીને પોતાનું શેષ જીવન પસાર કરીને નિર્વાણપદ, પરમપદ કે મોક્ષગતિને પામે છે.

સારરૂપે જોઈએ તો પહેલી ત્રણ જાગૃત્ત, સ્વપ્ન અને સુશુપ્તી શરીરનું પાલન પોષણ અને જીવન વહેવાર ચલાવવા માટે ખૂબ જ ઉપયોગી છે. પરંતુ આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે આગળ વધવા માટે ચોથી તુરિયા અવસ્થામાં જ રહીને અભ્યાસ થઈ શકે છે. અને પૂર્ણ રીતે યોગ્ય અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય પ્રાપ્ત કરીને આપણાં મૂળબ્રહ્મસ્વરૂપમાં એક રૂપ થઈને અક્ષયપદને પામી શકાય છે.

આત્મસાક્ષાત્કાર
(આત્મ દર્શન-આત્મજ્ઞાન)

આપણે જે કોઈ વિષય કે વસ્તુનું જ્ઞાન મેળવવું હોય તો મનને તે વસ્તુ સાથે જોડવાથી કે ઓતપ્રોત કરવાથી આપણને તે વસ્તુનું અનુભવજન્ય જ્ઞાન થાય છે.

જ્ઞાતા - જ્ઞેય - જ્ઞાન

આમાં મનને જ્ઞાતા કહેવાય, વિષય કે વસ્તુને જ્ઞેય કહેવાય, જ્ઞાતાને જ્ઞેય સાથેનો યોગ થવાથી જે કાંઈ અનુભવ થાય તેને તે વિષયનું જ્ઞાન થયું કહેવાય. આવી જ રીતે.... **ધ્યાતા - ધ્યેય અને ધ્યાન**

દ્દષ્ટા - દ્દષ્ય અને દર્શન વિશે પણ એમ સમજવું.

ધ્યાનથી વસ્તુનું દર્શન થાય છે અને દર્શનથી તેના વિશેનું જ્ઞાન થાય છે. આમ ધ્યાનનો જે વિષય હોય તે વિશેનું જ્ઞાન મન (ધ્યાતા) ને થાય છે. અને જો ધ્યાનનો વિષય આત્માનો હોય તો ધ્યાન પૂર્ણ થવાથી આત્મદર્શન થવાથી આત્મજ્ઞાન થાય છે. માટે આત્માનો સાક્ષાત્કાર કરવો હોય તો મનને આત્મા સાથેનો યોગ સાધવો જરૂરી છે.

હવે આત્મા સાથેનો યોગ કેળવવા માટે મન સંયમી (સૂરતારૂપે) થયેલું હોવું જોઈએ.

જયારે મનની સ્થિરતા, શુધ્ધતા અને જાગૃત્તતા ત્રણે એકી સાથે બને ત્યારે મન સંયમી બન્યું કહેવાય. પણ મન હંમેશા જાગૃત્ત દશામાં ઈન્દ્રિયો મારફતે બહીર્મુખી થઈને જુદાં જુદાં પદાર્થો કે વિષયોમાં ચંચળતાથી ફરતું રહે છે અને ઈન્દ્રિયો સાથે ન હોય ત્યારે પણ જુદાં જુદાં પદાર્થ કે વિષયોના વિચારો, કપોળ કલ્પનાઓ કે સ્વપ્નાઓ રચીને દેહદશામાં અસ્થિર રહે છે. જયારે મન પોતાના શુધ્ધ સ્વરૂપને ભુલીને હું, પુરુષ, સ્ત્રી, હિન્દુ, બ્રાહ્મણ, ડોકટર, વકીલ, ખેડૂત કે વેપારી વગેરે કંઈક હોવાપણાના ખોટા ખ્યાલ સાથે સંકલ્પ-વિકલ્પ કરતું હોય છે ત્યારે મલિન થઈ જાય છે. તથા મનમાં પોતાનામાં પણ મળ રૂપે કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, મદ, મત્સર, ભય, ચિંતા વગેરે અનેક દોષો પણ રહેલાં હોય છે. અને આખા દિવસના પરિશ્રમમાંથી થાકીને જયારે મન આરામ કરવા માટે સુશુપ્ત (ઊંઘ) અવસ્થામાં જાય છે ત્યારે હૃદય કેન્દ્રમાં પ્રાણ સાથે લય પામીને શાંત થઈ જાય છે.

હવે જો મનને સંયમી બનાવવું હોય તો સ્થૂળદેહ, સુક્ષ્મદેહ, અને કારણ દેહથી મુકત કરવું જોઈએ. કારણ કે સ્થૂળ દેહમાં હોય છે ત્યારે અસ્થિર હોય છે. સુક્ષ્મદેહમાં રહેવાથી મલિનતા આવે છે. અને કારણ દેહ પ્રાણમાં ભળી જવાથી જાગૃત્તતા ગુમાવી બેસે છે.

પણ યોગ સાધના વડે ત્રણેય જાગૃત્ત, સ્વપ્ન અને સુશુષ્તિ અવસ્થામાંથી મુકત કરીને મનની સ્થિરતા શુધ્ધતા અને જાગૃત્તતા સાધીને સંયમી બને છે. ત્યારે ચોથી અવસ્થા(તુરિયા)માં રહીને આત્માનું ધ્યાન ધરવાને યોગ્યતા કેળવે છે. (મન ધ્યાન ધરનાર ધ્યાતા છે.)

હવે આપણે ધ્યેયરૂપ આત્મા વિશે જોઈએ. તો આપણા શરીરમાં આત્મા ચેતનરૂપે, વ્યાપક, નિર્ગુણ, નિરાકાર અને અપ્રગટરૂપે રહેલ છે. તો એને ધ્યાનનો વિષય (ધ્યેય) કેમ બનાવવો ?

આપણાં શરીરમાં હૃદય કેન્દ્ર કે અનાહત કેન્દ્ર કે શ્વાસોચ્છવાસનું આંતરિક કુંભક સ્થાન આવેલ છે. તે કેન્દ્ર સ્થાન ઉપર યોગ અભ્યાસ કરવાથી આપણો આત્મા નાદરૂપે પ્રગટ થાય છે. એ વિશેનું વિજ્ઞાન સમજીએ તો આપણે જયારે શ્વાસ લઈએ છીએ ત્યારે અપાન વાયુમાં ચેતન ભરપુર હોય છે. તે અપાન કુંભકના સ્થાને પૂર્ણ રીતે લય થયો હોય અને તેનું રૂપાંતર હજુ પ્રાણ શકિતમાં થયેલ ન હોય તે સમયગાળા દરમ્યાન અપાનની ચેતના શકિત તથા મન પણ અપાન સાથે મંત્રના શબ્દથી જડાયેલ હોવાથી મનની ચેતના અને કેન્દ્રમાં ધ્યાન દ્વારા આંતર દૃષ્ટિની ચેતના આમ ત્રણે ચેતનાનો જથ્થો એક જ કેન્દ્રમાં મલવાથી છે. હવે જયારે શીરાકાશમાં અનાહતનાદ સૂરતા વડે સંભળાવા લાગે છે ત્યારે મન પૂર્ણ રીતે અંતરમુખી થઈ જાય છે. તે અંતરમુખી મનને જ સૂરતા કહે છે.

હવે આજ્ઞા કેન્દ્રને એટલે કે કપાળ ઉપર જયાં ચાંદલો કરે છે તે જગ્યાએ સૂરતા વડે નાદનું શ્રવણ કરવું અને અંતર દ્રષ્ટિ વડે નાદનું સ્વરૂપ કેવું છે તે નિરખવા માટે ધ્યાન કરવું. આમ નુરતાથી નરખવું અને સૂરતાથી શ્રવણ કરવું. તે કેન્દ્રમાં જ નૂરતા-સૂરતા વડે સતત અભ્યાસ કરતા રહેવાથી ધ્યાનની ગહેરાઈ વધતી જશે અને ધીમે ધીમે નાદની સાથે ઝાંખો પ્રકાશ પણ દર્શાવા લાગશે અને નિયમિત અભ્યાસ કરવાથી ચંદ્રના જમીન પર પડતા પ્રકાશ જેવો ઘેરો પ્રકાશ દેખાવા લાગશે. આમ ઉત્તરોતર અભ્યાસના પ્રતાપે ધ્યાનની ઊંડાઈ વધતી જશે તેમ તેમ પ્રકાશની તિવ્રતા પણ વધતી જશે અને જયારે સૂર્ય પ્રકાશમાં ધોળી ધજા જેવી પ્રકાશિત થાય તેવો પ્રકાશ દેખાવા લાગે ત્યાં ધ્યાનનું કેન્દ્ર બનાવીને નૂરતા અને સૂરતાની ચેતનાને શબ્દ (નાદબ્રહ્મ) માં સ્થિર કરવી. અને એકાગ્રતાથી ધ્યાનનો અભ્યાસ કરવો. આમ કાયમ અભ્યાસ કરવાથી ધ્યાન અખંડ રૂપે ચાલવા લાગશે. અને જયારે ધ્યાન ખંડીત થયા વગર એકધારું અડધી કલાકથી વધારે થવા લાગશે ત્યારે ધ્યાનનું સમાધિમાં રૂપાંતર થઈ જશે. (આવી રીતે નિયમિત અભ્યાસ કરવાથી ધ્યાન દરમ્યાન પ્રાણનો વપરાશ એકદમ ઘટી જશે. પ્રાણનું બાહીક કુંભકનું સ્થાન અને આંતરિક કુંભકનું સ્થાન એક લાઈનમાં આવી જશે. તેમાં સાધકે કોઈ પ્રયત્ન કે ખાત્રી પણ કરવાની જરૂર નથી. આ માત્ર જાણ માટે લખેલ છે કે આવી પ્રક્રિયા ધ્યાન દરમ્યાન પોતાની મેળે થતી રહે છે.) અને કુંડલીની શકિત પોતાની મેળાએ જાગૃત્ત થઈને તે ચિત્તિશકિતનું પ્રાણની ચેતનામાં રૂપાંતર થઈને સુક્ષ્મણા નાડી મારફતે આજ્ઞાચક્રમાં ધ્યાન કેન્દ્રમાં ભળે છે ત્યારે ત્યાં નૂરતાની ચેતના, સૂરતાની ચેતના તથા ચિત્તિશકિત (સર્જન શકિત - બ્રહ્મા)આ બધી શકિતઓ એકસાથે મળીને મહાશકિતમાં રૂપાંતર થાય છે ત્યારે નાદમાં પણ ફેરફાર થાય છે. (શરૂઆતમાં ઝાંઝરી, ઘંટડી, ઝાલરી, તમરાં, તુરાં વગેરે હોય છે. બાદમાં બધી શકિતઓ મળવાથી ચેતનની તિવ્રતા (ઘનતા) વધી જવાથી નાદ પણ ઘંટનાદ, શંખનાદ, મેઘગર્જના, મોરલી, વીણા વગેરે જેવા ઘેરા નાદનું શ્રવણ થવા (સંભળાવા) લાગે છે. અને તે કેન્દ્રમાં પ્રકાશ પણ ઉગતા સૂર્યના પ્રકાશ જેવો સોનેરી કલર જેવો જયોતિ સ્વરૂપે અનુભવાય છે. તેને આત્મજયોત પણ કહેવાય. કે આત્માના દર્શન થયા કે આત્મ સાક્ષાત્કાર થયો તેમ પણ કહેવાય. અને તેમ થવાથી આપણી બુધ્ધિમાં પણ આત્મપ્રકાશ થવાથી બુધ્ધિ પ્રજ્ઞાવાન બને છે એટલે તેને આત્મજ્ઞાન થયું કહેવાય. આમ આત્મજ્ઞાન (અનુભૂતિનું અપરોક્ષજ્ઞાન) થવાથી પોતાના વિશેનો સંકલ્પ કરીને ખોટો ખ્યાલ અજ્ઞાનતાના કારણે ભ્રાંતિથી જે ધારી લેવામાં આવેલો અહંકાર તે બ્રહ્મનું રૂપ ધારણ કરે છે. અને પોતે સબળ બ્રહ્મરૂપે કે આત્માસ્વરૂપે રહીને પરમાત્માના

દર્શન કરવા માટે આત્મસ્થિતિ કે બ્રહ્મદશામાં રહેવા સિવાય કોઈ બીજા પ્રયત્નો કરવાના રહેતા નથી. પણ પ્રક્રિયાના ભાગરૂપે ઘ્યાન સમાધીની ગહેરાઈ વધતી જશે અને સમય આવ્યે બ્રહ્મરંધ્ર, દશમો દ્વાર કે ત્રીજું નેત્ર ખુલી જશે અને માનસરોવરમાંથી નાહીને શાંભવી મુદ્રા કે ઉન્મુનિ અવસ્થામાં સહસ્ત્રદળમાં બિરાજમાન સદાશિવના દર્શન કરીને પોતાનું કલ્યાણ કરી લેશે.

પરમાત્મા (સહસ્ત્રદળમાં)

આત્મા (આજ્ઞાકેન્દ્રમાં)

ચિત્તિ શકિત	ગતિશકિત	જ્ઞાનશકિત
સર્જનશકિત	પ્રાણ	સૂરતા-નૂરતા
બ્રહ્મા	પવન	મન

આમ ત્રણેય શકિતઓ ભેગી થવાથી પોતાના મૂળ આત્મસ્વરૂપે થઈને આખરે જેમ સૂર્યનું કિરણ સૂર્યમાં સમાય તેમ આત્મા-પરમાત્મા સાથે એકરૂપ થાય છે.

તા. ૧૧-૦૬-૨૦૨૨ બસ એ જ...

ગોંડલ દાસાનુંદાસ દિલસુખના

સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ,

જય ભગવાન.

:::::-:::::

૨૭. સમાપન

મારી દોહિત્રી, ડૉ.હેત્વીએ મને જે વિષય ઉપર લખવા માટે વિનંતી કરી હતી, તેના જવાબરૂપે આ ઉત્તરપોથી છે. મારી આ ઉત્તરપોથીમાં સદ્ગુરુનો સત્સંગ, સંતોની વાણી અને સતશાસ્ત્રોના સમાગમમાં રહીને જ્ઞાન તથા તેનું વિજ્ઞાન સમજીને અને તે પ્રમાણે આશરા ધર્મ બજાવતા બજાવતા સદ્ગુરુના ઉપદેશ પ્રમાણે ક્રમબદ્ધ સાધના કરતાં કરતાં આંતરિક અને બાહ્ય જે કાંઈ અનુભવો થયા છે અને એ અનુભવોને હું જે રીતે સમજયો છું અને મારા જીવનમાં સ્વીકારેલું છે તેમાંથી જ આ લખાણ છે.

આશરે દોઢ વર્ષનાં સમયગાળામાં મેં જે લખાણ કર્યું તેના સાર રૂપે કહું તો હું કોણ છું ? મારું સાચું સ્વરૂપ શું છે ? મારી ઉત્પતિ કેવી રીતે થઈ ? આખરે મારે કયાં જવાનું છે ? બધા બંધનોમાંથી મુકત થઈને સુખ, શાંતિ, સંતોષપૂર્વક જીવન જીવવા માટે મારે શું કરવું જોઈએ ? વગેરે પ્રશ્નોને કેન્દ્ર સ્થાને રાખીને મારા સ્વરૂપમાં રહીને જે વિચારમાં આવ્યું તેને શબ્દોમાં રૂપાંતરિત કરીને લખવાની કોશિષ કરેલ છે. તેમાં ભાષાની દૃષ્ટિએ વાકયરચના કે વ્યાકરણની દૃષ્ટિએ ભૂલો થયેલી હશે. તો તે ભૂલોને સુધારી લેવા વિનંતી. અને જ્ઞાનદૃષ્ટિએ ખરો અર્થ સમજવાની કોશિષ કરશો એવી આશા રાખુ છું.

બીજું કે વાત તો એક જ છે કે ચિત્તમાં ભરાય પડેલા અહંકારને દૂર કરીને નિજ સ્વરૂપ એવા આત્મામાં સ્થિત થવું. તો આ એક જ વાતને સમજવા કે સમજાવવા માટે જુદી જુદી અનેક રીતે કોશિષ કરેલ છે. અને આધ્યાત્મિક ભાષામાં વપરાતા શબ્દો જેવા કે આત્મા, ચેતન, મન, સૂરતા, બ્રહ્મ, નાદ, નામ, વચન, મંત્ર, ગુરુ, સ્મરણ, ધ્યાન, ભજન, જાપ, અજપા જાપ, પ્રાણ, ઈંગળા, પિંગળા, પૂરક, રેચક, કુંભક, સૂક્ષ્મણા, કુંડલીની, ત્રિકુટી, ભ્રકુટી, આજ્ઞાકેન્દ્ર, ઈશ્વર, સહસ્ત્રદળ, બ્રહ્મા, વિષ્ણુ, મહેશ, જીવ, શિવ, હંસ, પ્રણવ, ઓમકાર, વગેરે વગેરે અનેક શબ્દોના શબ્દાર્થ, ભાવાર્થ લક્ષ્યાંક અને ગુઢાર્થ સમજાવવાની કોશિષ કરેલ છે. અને તેનું જ્ઞાન અને વિજ્ઞાનની રીત બતાવેલી છે. અને સિદ્ધ થઈ ગયેલ અનેક સંતો, ભકતો કે સત શાસ્ત્રોની વાણીનો આધાર લઈને પણ સમજાવવાની કોશિષ કરેલ છે.

તો પ્રથમ નિરાંતે બે-ત્રણ વખત વાંચીને બરાબર સમજીને મનન, ચિંતન કરી, યોગ્ય રીતે સુક્ષ્મ બુધ્ધિમાં બેસાડી લેવું. આમ કરવાથી સમજણની ઘડી બરાબર બેસી જશે. ત્યારબાદ માત્ર મનનાં રૂપાંતર માટે સૂરતા શબ્દનો, સહજ યોગનો પ્રયોગ શરૂ કરવો કે જેથી સરળતાથી યોગ સાધી શકાય. અને જે મન અહંકાર ધરીને બંધનમાં પડેલું છે તે જ મન આત્મા સ્વરૂપે થઈને નિર્વાણને પામે. (સાધનાની રીતમાં બતાવ્યા મૂજબ).

માટે હવે હોંશિયાર બની, સમજ પૂર્વક નિયમિત અભ્યાસ ચાલુ કરો કે જેથી વૈરાગ્ય હૃદયમાં પ્રગટ થતો જશે. આમ અભ્યાસ અને વૈરાગ્યની મદદથી ક્રમબધ્ધ મનનું રૂપાંતર થશે. જેમ કે પહેલા સૂરતામાં ત્યારબાદ નામ રૂપે સગુણબ્રહ્મમાં ત્યારબાદ કુટસ્થબ્રહ્મમાં. કુટસ્થબ્રહ્મ એ જ આપણો આત્મા છે. તે કાળ અને માયાથી પર છે. ત્યાં અહંકારનું કોઈ સ્થાન નથી. આમ મનનું અહંકારથી મુકત થઈને નિજ સ્વરૂપ આત્મામાં રૂપાંતર થશે. અને કાયમના સુખ, શાંતિ મેળવીને નિર્વાણપદને પામો એવી શુભેચ્છા. વિશેષ કંઈ કહેવાનું રહેતું નથી. અખંડ આનંદ, બ્રહ્માનંદ, પરમાનંદ માણો. જો એમાં કંઈ બરાબર ન સમજાય તો દૂરવાણી કે રૂબરૂ મળીને ચોખવટ કરી લેવી જરૂરી છે. તો તેમ કરશો.

છેલ્લે વિરામ પામતા પહેલાં....

બોલો સર્વ દાતા સદ્‌ગુરુ દેવનો....

જય હો... જય હો... જય જયકાર હો...

ત્રિકાળ નમસ્કાર હો...

કે જેની ત્રિગુણાત્મક શકિત એટલે કે...

સર્જન શકિત રૂપે : બ્રહ્મા

જ્ઞાન શકિત રૂપે : વિષ્ણુ

ગતિ શકિત રૂપે : મહેશ

આ ત્રણેય શકિતઓ કાયાનગરીમાં પોત-પોતાનું કાર્ય સંભાળી રહયા છે. અને આ નગરીમાં રાજા એવા આત્મારામ પોતે પણ મહારાજા એવા પરમાત્માનું ધ્યાન ધરે છે.

(ગુરુ એટલે મહાન અને લઘુ એટલે નાનું)

અને અંતમાં, આપણાં સત શાસ્ત્રોમાં પણ કહેવામાં આવ્યું છે કે...

ગુરુ બ્રહ્મા, ગુરુ વિષ્ણુ, ગુરુ દેવો મહેશ્વર
ગુરુ સાક્ષાત પરિબ્રહ્મ, તસ્મેય શ્રીગુરુવે નમઃ
અખંડ મંડલા કારમ, વ્યાપ્ત એન ચરાચરમ
તત પદમ દર્શીતમ યેન તસ્મેય શ્રીગુરુવે નમઃ
એકમ નિત્યમ વિમલ મચલમ સર્વદા સાક્ષી ભૂતમ
ભાવાતિતમ ત્રિગુણ રહીતમ સદ્ગુરુ ત્વમ નમામિ
અને છેલ્લે મને પણ મારાં નમસ્કાર કરી હું વિરમુ છું.

તા.૧૩-૦૬-૨૦૨૨ બસ એ જ...

ગોંડલ. લી. દાસાનુંદાસ દિલસુખનાં

સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ, જય ભગવાન,

યથા ઘટિત વાંચશોજી

:::::-:::::

૨૮. લેખકનો પરિચય
(છેલ્લા પાનાનું અનુસંધાન)

શિક્ષણ ક્ષેત્રે એન્જીનિયરીંગ લાઈનમાં અભ્યાસ કરીને ગુજરાત યુનિવર્સીટીમાંથી બી.ઈ.(ઈલેકટ્રીકલ)ની પરીક્ષા ૧૯૬૮માં પાસ કરેલ. ને મારો બ્રહ્મચર્યાશ્રમ પૂરો કરેલ.

વર્ષ ૧૯૬૯માં ગુજરાત ઈલેકટ્રીક બોર્ડ(જી.ઈ.બી.)ની નોકરી સ્વીકારી અને ૧૯૭૦ માં લગ્નગ્રંથિથી જોડાઈને મારું ગૃહસ્થાશ્રમનું જીવન શરૂ કરેલ.(ઉષા વાછાણી સાથે)

વર્ષ ૧૯૭૭માં જામખંભાલિયા ખાતે જી.ઈ.બી.માં ફરજ પર હતો તે દરમ્યાન એક દિવસે સલાયાથી પી.આઈ.જાડેજા સાહેબે મને ફોનથી જાણ કરી કે તમને બાલયોગી મહારાજ મળવા માંગે છે. તો તમે તાત્કાલિક મારે ત્યાં આવો. હું બાલયોગીને કયારેય મળેલ ન હોતો અને એમના વિશેનો પરિચય પણ નહોતો. તેમ છતાં હું એકાદ કલાકમાં સલાયા જયાં બાલયોગી હતાં ત્યાં પહોંચ્યો. તેમના દર્શન કર્યા. અને ત્યાં અગરબત્તિનો ધૂપ ચાલુ હતો તેમાંથી બે-ત્રણ ધૂપસળી મારા હાથમાં લઈને મેં યોગી મહારાજનું હૃદયપૂર્વક આરતી-પૂજન કરીને દંડવત પ્રણામ કર્યા. તેમણે મને પોતાની સામે બેસાડીને મારા મસ્તક ઉપર હાથ મુકીને આશીર્વાદ આપ્યાં.

ત્યારે હું ખૂબજ ભાવવિભોર થઈ ગયેલ. મારી આંખોમાંથી અશ્રુની ધારાઓ વહેતી હતી. આખા શરીરમાં સુક્ષ્મ કંપારી અનુભવાતી હતી. હું કાંઈ પણ બોલી શકુ કે કરી શકુ એવી સ્થિતિમાં ન હતો. આશરે દશેક મિનિટ આવી શૂન-મૂન અવસ્થા અનુભવાણી. ત્યારબાદ યોગી મહારાજે મને પાણી આપ્યું. પાણી પીધા બાદ પૂર્ણ સ્વસ્થ થઈને ઊભો થયો ને ફરીથી યોગી મહારાજને પ્રણામ કર્યા તથા ત્યાં હાજર રહેલા બધાં ધર્મપ્રેમી ભાઈઓને પણ પ્રણામ કર્યા. બાદમાં બાલયોગીએ મને પોતાની બાજુમાં બેસાડયો. ત્યારે મારા હૃદયમાં ખૂબ જ આનંદ અનુભવાતો હતો. આવું અલૌકિક સ્નેહ-મિલન જોઈને ત્યાં ઉપસ્થિત ભાઈઓ પણ ભાવ વિભોર થયેલ અને પોતાની ખૂશી-આનંદ વ્યકત કરેલ. હું બાલયોગીને દશ મિનિટ માટે જ મળવા ગયેલ પણ આનંદમાં ને સત્સંગમાં દશ કલાક વિતી ગયાં પણ તેમનાથી જુદા પડવાની કોઈ ઈચ્છા થતી નહોતી.

તે દરમ્યાન બે વખત પોતાની બાજુમાં બેસાડીને મારી જમવાની થાળી તૈયાર કરીને ભોજન પણ કરાવેલ. અમે બંને જાણે કે એકબીજાને વર્ષોથી ઓળખતા હોય તેવી આત્મીયતા બંધાઈ ગઈ અને જીવનમાં કયારે પણ ન ભૂલી શકાય તેવો યાદગાર પ્રસંગ બની ગયો.

ઉપરોક્ત પ્રસંગના એકાદ મહિના બાદ જ્યારે જામખંભાળિયા મુકામે યોગી મહારાજને બોલાવીને તેમની રાહબરી નીચે દ્વિકોટી ગાયત્રી યજ્ઞાનું આયોજન થયું ત્યારે મને સતત ત્રણ મહિના સુધી બાલયોગીના સાનિધ્યનો લાભ મળેલ. દિવસ કે રાત્રે જ્યારે મને સમય અનુકૂળ થતો ત્યારે હું તેમની પાસે પહોંચી જતો. બાલયોગીમાં દિવ્ય શકિતઓ પ્રગટરૂપે વિલસી રહી હોય તેવો મને અહેસાસ થતો હતો. જેમ લોહચુંબકના ચુંબકીય ક્ષેત્રમાં લોખંડનો ટૂકડો દાખલ થાય તો તેમાં પણ ચુંબકત્ત્વ અનુભવાય તેવી જ રીતે હું પણ બાલયોગીના સંપર્કમાં જતો ત્યારે આનંદ અનુભવતો. મારા શારીરિક અને માનસિક બધા થાક ઉતરી જતાં.

હૃદયમાં શાંતિ વર્તાતી. તેઓ સાક્ષાત આનંદ સ્વરૂપ હતાં તેવું મને અનુભવાતું. આમ બાલયોગીના સાનિધ્ય સિવાય બીજા કોઈપણ પ્રયત્ન કર્યા વગર અનાયાસે મારા અંતઃકરણનું રૂપાંતર સાહજીક રીતે થવા લાગ્યું. દ્વિકોટી ગાયત્રી યજ્ઞ ૧૪ દિવસ સુધી ચાલેલો. જ્યારે યજ્ઞાની પૂર્ણાહૂતિ હતી તે દિવસે બાલયોગી મહારાજે મને અને મૂળજીભાઈને (કે જેઓ એ યજ્ઞ માટે તન-મન-ધનથી સેવા કરેલી) પોતાની પાસે બોલાવીને ભગવા વસ્ત્રો ધારણ કરાવેલ અને કહેલું કે જ્યાં સુધી પૂર્ણાહૂતિ ન થાય ત્યાં સુધી હું કહું તેમ કરવાનું અને મારી પાસે જ રહેવાનું.

કારણ કે મારી દ્દષ્ટિએ આ યજ્ઞાના યજમાન તમે બન્ને છો. જગતની દ્દષ્ટિએ દ્વારકાધીશને યજમાન તરીકે સ્વિકારેલ છે. તો તેમની સૂચના મુજબ અમે બન્ને અનુસરવાં લાગ્યાં.

યજ્ઞાની પૂર્ણાહૂતિ ચાલતી હતી ત્યારે પાંચ તત્ત્વોના દેવોએ જાણે હાજરી પૂરાવી હોય તેવો અહેસાસ થતો હતો. જેમકે બાપુએ જાતે બનાવેલી પૂર્ણાહૂતિની યજ્ઞવેદીમાં તેમની સુચના મુજબ અમે જાડા-પાતળા લાકડા ગોઠવ્યા. તે વેદીનું બાપુએ પૂજન કર્યું અને કોઈપણ જાતના બાહિક અગ્નિની મદદ વગર યજ્ઞ વેદી પ્રગટાવેલી. થોડીવારમાં પવનની ગતી વધવા લાગી અને ખુલ્લા આકાશમાં વાદળો પણ ઘેરાવા લાગ્યાં. ને ધીમી ધારે વરસાદ પણ વરસવા લાગ્યો. ત્યારે બધાને(૭૦ થી ૮૦ હજાર દર્શનાર્થીઓને)યજ્ઞાની સફળતાનો અહેસાસ થયો અને સર્વત્ર આનંદ વર્તાણો.

ત્યારબાદ અમે જયારે બાપુ સાથે ઊતારે ગયા યોગી મહારાજે અમને કહયું કે શાસ્ત્રોકત વિધિ પ્રમાણે યજ્ઞ કરતાં ભૂદેવે, યજમાનની ઈચ્છા ફળીભૂત થાય તેવા આશીર્વાદ આપવાના હોય છે. માટે તમે બંને તમારી મનવાંછિત ઈચ્છા રજુ કરો. ત્યારે મૂળજીભાઈ તેમની ઈચ્છા રજુ નહોતાં કરી શકતાં. તેમના વતી મેં કહયું કે બાપુ તેમને સંતાનમાં છ પુત્રીઓ છે પણ પુત્રની ઈચ્છા સંતોષાણી નથી અને હવે ડોકટરોના કહેવા મૂજબ શકયતા પણ નથી.

ત્યારે બાપુએ મૂળજીભાઈ સામે જોયું તો તેઓએ પોતાનું માથુ હલાવીને ઈચ્છાની સંમતિ આપી. ત્યારે અડધી મિનિટ માટે આંખો બંધ કરીને બાદમાં આશીર્વાદ આપતાં બાપુએ કહ્યું કે, ''એક વર્ષમાં તમારી ઈચ્છા પુરી થશે.'' ત્યારબાદ મને પણ વરદાન માંગવાનું કહ્યું. ત્યારે મેં કહ્યું કે, ''હું કલ્યાણના માર્ગે આગળ વધુ અને મારું કલ્યાણ થાય તેવા આશીર્વાદ આપો.'' ત્યારે તેઓ ધ્યાનમાં ઊંડા ઉતરી ગયા અને પાંચેક મિનિટ બાદ કહેલ કે તમારા કલ્યાણ માટે હું નિમિત નથી પણ મારા આશીર્વાદ છે કે એક વર્ષના અંતે તમને સદ્‌ગુરુનો યોગ થશે.

તેમના શરણે રહીને તેમના બોધ પ્રમાણે વર્તતા તમારું કલ્યાણ થશે. ત્યાં સુધી તમે અને મૂળજીભાઈ સવાર સાંજ ગાયત્રીના મંત્રજાપનું મનોમન રટણ કરતાં રહેજો.

આમ બાલયોગીના સાનિધ્ય, સહયોગ તથા દયા - કૃપાથી મારામાં આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે આગળ વધવાના જરૂરી ગુણોનો વિકાસ થયો અને સદ્‌ગુરુના શરણે જવાને પાત્ર બન્યો.

બાલયોગીના આશીર્વાદ મૂજબ મૂળજીભાઈને ત્યાં પુત્રનો જન્મ થયો અને આ લખાય છે ત્યારે તેમના પુત્રને ત્યાં પણ પુત્ર પરિવાર છે અને આનંદ કરે છે. તે જાણ માટે.

બરાબર એક વર્ષ બાદ મેં પણ સંત શિરોમણી સદગુરુ શ્રીહરિરામબાપાનું શરણું સ્વીકારી બોધ ગ્રહણ કર્યો.

વર્ષ ૧૯૭૮ જાન્યુઆરીમાં જીઈબીના બધાં સર્કલો વચ્ચેની વોલીબોલ રમતની હરિફાઈ જામનગર ખાતે યોજાયેલી અને મારે જામનગરની ટીમમાંથી રમવાનું હતું. તેથી ત્રણ દિવસ માટે હું ખંભાળિયાથી જામનગર આવેલ અને રણજીતનગરમાં મારા નાનાભાઈ (ડોકટર) ને ત્યાં ગયેલ. ત્યારે જાણવા મળેલ કે નજીકમાં જ સવાર-સાંજ સત્સંગ ચાલે છે. તેથી હું મારો સમય પસાર કરવા માટે ત્યાં ગયો અને મારી ઓળખાણ આપીને સત્સંગ સાંભળવા બેસી ગયો. મને ધ્યાનમાં રાખીને તેઓ સત્સંગ કરવા લાગ્યાં. મને આનંદ આવ્યો અને જાણવા મળ્યું કે બાપાશ્રી કોઈ ભકતને ત્યાં પધારેલ છે.

હું સાંજે પણ સત્સંગમાં ગયો અને બીજે દિવસે બપોરના સમયે પણ ગયો. ત્યારે બાપાશ્રીના નાના ભાઈ મહાત્માએ મને જાણ કરી કે બાપાશ્રી તરફથી સંદેશો છે કે કોઈ નવા આગંતુક સત્સંગ પ્રેમી આવ્યાં હોય તો તેમને અમે જયાં રોકાયેલા છીએ ત્યાં મળી જવાનું કહેશો. તેથી હું રાજી થયો. અને મહાત્માની મદદથી બાપાશ્રી જયાં હતાં ત્યાં પહોંચી ગયો. તેમના દર્શન કરીને, ચરણ સ્પર્શ કરીને પ્રણામ કર્યાં.

ત્યાં બાજુમાં બેઠેલા હતાં તેમને પણ પ્રણામ કર્યા. હું તેમને ઓળખી ગયો કે તેઓ મારા ગણિત વિષયના પ્રોફેસર હતાં. તેમણે પણ પૂછ્યું કે, તમે ભડાણિયા કે નહીં ? જી.ઈ.બી.માં સર્વિસ કરો છો ને ? તમે બાપાશ્રીને ઓળખો છો ? તમારે અત્યારે મારે ત્યાં આવવાનું કેમ થયું ? આમ ઉપરા ઉપર ચાર-પાંચ સવાલ પૂછી લીધા ત્યારે મે જવાબ આપતા કહ્યું કે, હા હું એ જ ભડાણીયા છું કે તમે મને કોલેજમાં ભણાવેલ છે. અત્યારે જી.ઈ.બી.માં ડી.ઈ. તરીકે ફરજ બજાવું છું. હું બાપાશ્રીની ઓળખાણ કરવા માટે આવેલ છું.

કારણ કે રણજીત નગરમાં જયાં સત્સંગ ચાલે છે ત્યાં ત્રણ વખત ગયો ત્યારે ત્યાં સંતોની વાણી અને સત શાસ્ત્રોના આધારે સત્સંગ ચાલતો હતો. આત્મા-પરમાત્માની જ્ઞાન ચર્ચાઓ મને ખૂબ જ પસંદ પડી. ત્યાંનું વાતાવરણ જોતા મને બાપાશ્રીને મળવાની ખૂબ જ ઈચ્છા થઈ હતી. ત્યારે તમારે ત્યાંથી સંદેશો આવ્યો એટલે હું બાપાશ્રીના દર્શને આવ્યો છું. ત્યારે મારી ભાવના અને જીજ્ઞાસા જોઈને બાપાશ્રીએ કહ્યું કે અમે પણ ભકિતભાવવાળા જીજ્ઞાસુને આવકારીએ છીએ.

સારું થયું તમે અહીં આવી ગયા. તમારે કંઈ પૂછવું હોય તો પૂછો. ત્યારે મેં કહ્યું કે બાપા હું અત્યાર સુધીમાં સમજયો છું કે ભગવાનની ભકિત કરવાથી કલ્યાણ થાય છે. તો તે વિશે સમજાવો કે ભગવાનની ભકિત કેમ કરવી ? કે જેથી કલ્યાણ થાય. ત્યારે બાપાશ્રીએ મારા પ્રશ્નને ધ્યાનમાં રાખીને સત્સંગ કરાવતા કહ્યું કે ભકિત કરવામાં ત્રણ વસ્તુની જરૂર પડે.

૧. ભગવાન

૨. ભકત અને

૩. ભકિતની રીત.

ભકિત બે પ્રકારની છે. એક જડ ભકિત અને બીજી ચેતન ભકિત. જડ ભકિતમાં મૂર્તિ, છબી કે કોઈ પ્રતિકમાં ભગવાનનું આરોપણ કરીને મન તેની સામે નવધાની રીત પ્રમાણે ભકિત કરે છે. તો તેથી અચાર-વિચાર સુધરે, સદ્ગુણો કેળવાય, પણ કલ્યાણ ન થાય. પણ કલ્યાણ માટે ચેતન ભકિત શ્રેષ્ઠ છે. સંતના શરણે જતાં ચેતન ભકિત વિષેના જ્ઞાન-વિજ્ઞાનની સાચી જાણકારી મળે. ચેતનમાં પ્રભુને ઓળખીને તેની ભકિત કેમ કરવી ? તે વિષેનું પોતાના અનુભવ પ્રમાણેનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન સત્સંગ દ્વારા તેમના ભકતને આપે અને ભકત તેમના ઉપદેશ પ્રમાણે આગળ વધે તો અંતે પોતાના સ્વરૂપ એવા ચેતનનો અપરોક્ષ અનુભવ કરીને તેમાં સ્થિત થઈને પોતાનું કલ્યાણ કરે છે.

આમ એકાદ કલાક સુધી ચેતન ભકિત વિશે સત્સંગ કરાવેલ અને મને

કહયું કે આમા તમારા કોઈ પ્રશ્ન હોય તો પૂછો. ત્યારે મેં કહયું કે ભકિત વિશેનું સાચું જ્ઞાન આજે મેં તમારી પાસેથી સાંભળ્યું. મને ખૂબ જ આનંદ થયો. મારી ઘણીબધી ગેરસમજ દૂર થઈ. પણ એક પ્રશ્ન ઉપસ્થિત થયો છે કે આપે ચેતન ભકિત શ્રેષ્ઠ બતાવી અને જડ ભકિત ગૌણ બતાવી. મને તો એવું સમજાય છે કે ચેતન કરતાં જડ પદાર્થમાં વધુ તાકાત છે.

જયારે ચેતનવાળી વ્યકિતઓ એક કુવો ખોદતા હોય ત્યારે સખ્ત પથ્થર આવે છે તો ચેતન ધરાવતી વ્યકિત તેને તોડીને બહાર કાઢી શકતી નથી પણ આપણે જેને જડ કહીએ છીએ તેવા ટોટાઓ ગમે તેવા સખ્ત પથ્થરાઓને પણ તોડી નાંખે છે. તો આ બાબતમાં મારા પ્રશ્નોનું સમાધાન કરાવો. ત્યારે મને સમજાવતા કહયું કે જુઓ તે ટોટાઓ ગોડાઉનમાં પડેલા છે.

ત્યાં કંઈ કરી શકતા નથી. પણ તેને સખ્ત પથ્થરોમાં હોલ પાડીને તેને મૂકીને વાયર વડે કરંટ આપવાથી તેમાં શકિત પ્રગટ થાય છે ત્યારે પથ્થરાઓને તોડે છે. તેમ આપણો આ દેહ પણ જડ પદાર્થ ટોટા જેવો છે. તેમાં રહેલી દિવ્ય શકિતઓ પ્રગટ કરવામાં આવે તો હજારો ટોટાઓ તે શકિત દ્વારા બનાવી શકાય. જુઓ, દૂધમાં ઘી રહેલું છે પણ દૂધનો દીવો ન થાય. તેમાંથી દહીં બનાવીએ પણ દીવો ન થાય. દૂધ, દહીં, માખણના લાભ મળે પણ તેનાંથી અજવાળું ન થાય. પણ જો માખણને પણ તાવીને (ગરમ કરીને) કીટુ-કસ્તર દૂર કરીને ઘી બનાવવામાં આવે અને તેમાં સૂતરની વાટ મુકીને જયાં ચાલુ જયોત હોય તે સાથે લગાડીએ તો તેમાંથી પ્રકાશ થાય.

તેવી જ રીતે જ્ઞાન-વિજ્ઞાનની સમજણથી સ્મરણ, ધ્યાન, ભજન વગેરે કરીને આ દેહરૂપી દૂધમાંથી મંથન કરીને ચેતન જયોત પ્રગટાવવાથી આપણી બુદ્ધિમાં જ્ઞાન પ્રકાશ થાય અને બુદ્ધિ પ્રજ્ઞાવાન બને તો આપણો આત્મા અને બ્રહ્મ એકરૂપે થાય. અને આમ આપણું કલ્યાણ થાય. આમ વિસ્તારથી આશરે બે કલાક સુધી સત્સંગ ચાલેલો. મને ખૂબ જ આનંદ આવ્યો. અને મુમુક્ષુભાવથી મેં બાપાશ્રીને ફરીથી મળવાનો સમય માંગ્યો. ત્યારે બાપાશ્રીએ જણાવેલ કે અમારૂ તો આ ચોવીસે કલાકનું કામ છે.

તમને જયારે તમારા નોકરી ધંધામાંથી ફુરસદ મળે ત્યારે તમે કોઈપણ જાતની જાણ કર્યા વગર પણ આવી શકો છો. અમે હાજર હશું તો ચોકકસ મળીશું. આમ મારા માટે આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે આગળ વધવા જરૂરી સંત સમાગમ અને સત્સંગના દ્વાર ખૂલી ગયા. મને ખૂબ જ આનંદ થયો. મારે અવાર-નવાર જામનગર ડિવિઝન ઓફીસે જવાનું થતું તે દરમ્યાન ઓફીસનું કામકાજ પુરું કરીને હું રઘુવીર સોસાયટીમાં સત્સંગના સ્થળે પહોંચી જતો. ત્યારે બાપાશ્રી મને તેમના

ઘરે બોલાવી લેતા અને મારે જરુરી હોય તેવો સત્સંગ કરાવતા. બાદમાં સાંજનું ભોજન પણ તેમની સાથે કરાવતા. બાદમાં હું બાજુમાં જ આવેલ સત્સંગના સ્થાને જઈને સત્સંગી ભાઈઓ સાથે બેસીને સત્સંગ-ભજનનો લાભ લેતો.

સાંજની સભામાં બાપાશ્રી પણ આવી જતાં અને સત્સંગ કરાવતા. રાત્રે દસ વાગ્યે ભજન-સત્સંગનો કાર્યક્રમ પૂરો થાય ત્યારે નાની ઓરડી હતી તેમાં મને બોલાવીને રાત્રિના બે વાગ્યા સુધી બાપાશ્રી મને સત્સંગ આપતાં અને તેની દિવ્યવાણી દ્વારા મારા અંતઃકરણમાં અજ્ઞાનતાથી ભરાય પડેલા વિષયો, વિકારો, કલેશો, અવિદ્યા ભ્રાંતિ વગેરે અવગુણોની સફાઈ થતી.

બાદમાં હું તેમની રજા લઈને જામનગરથી ખંભાળીયા જતી રાત્રિના ત્રણ વાગ્યાની એસ.ટી. બસમાં જઈને ખંભાળીયા પહોંચી જતો. આવી જ રીતનો દશ-બાર વખત બાપાશ્રીના સમાગમ અને સત્સંગનો મને અલૌકિક દિવ્ય લાભ મળેલ. બાપાશ્રી સાથે મારી ગાઢ પ્રીતિ બંધાઈ ગઈ.(આશરે છ માસ દરમ્યાન).

બાપાશ્રીએ વર્ષ ૧૯૭૮ ગુરુ પૂર્ણિમાની રાત્રે મકાનની અગાસી ઉપર ખૂલ્લામાં પૂર્ણિમાની ચાંદનીના અજવાળે બેસીને આત્માનો અનુભવ કરવા માટે જરૂરી ગુરુમંત્રનો બોધ અને તેનું જ્ઞાન-વિજ્ઞાન ચંદ્રની સાક્ષીમાં સમજાવેલ અને પોતાની સાથે બેસાડીને ગુરુમંત્રના છ શબ્દોને પ્રાણની સાથે ગોઠવીને મંત્રજાપ કેમ કરવો તેની રીત પણ બતાવેલી. ત્યારે મારાં હૃદયમાં બાપા પ્રત્યે પૂજયભાવ થયેલો. ને બાપાશ્રીને મારા સદ્‌ગુરુદેવ સમજીને પૂજન કર્યું અને પ્રણામ કરીને શરણે ગયો.

ત્યારે તેમણે પણ ખૂબ જ આનંદ સાથે મારો સ્વીકાર કર્યો. આમ અમે બંને પવિત્ર ગુરુ-શિષ્યના શુભ સંબંધથી જોડાઈ ગયાં. જેમ સૂર્ય અને પ્રકાશ. પાણી અને તેની શીતળતા. શેરડી અને તેની મીઠાશ જુદા ન પડી શકે. તેમ ગરુ અને શિષ્ય જુદા ન રહી શકે. કાળ અને માયા પણ તે સંબંધને તોડી ન શકે તેવા હજારો વર્ષોથી ગુરુ શિષ્યના સંબંધની પરંપરા ચાલી આવે છે. તે લાભ મને સદ્‌ગુરુની દયા કૃપાથી મળેલો. તેને વાણીથી વર્ણન કરવું કે શબ્દોથી લખવું કે બુદ્ધિથી સમજવું શકય નથી.

બોધ પ્રમાણે સ્મરણ, ધ્યાન, ભજન નિયમિત કરવા લાગ્યો. ૧૯૮૦માં મારી બદલી જામનગર ખાતે થઈ તેથી નિયમિત સત્સંગ પણ મળવા લાગ્યો. ધીમે ધીમે ખોટા વહેવાર તથા બિનજરૂરી કાર્યોમાં લગાવ ઓછો થતો ગયો. કુરિવાજો અને અંધશ્રદ્ધામાંથી મુકત થતો ગયો. મનમાંથી રાગ, ભય, ક્રોધ વગેરે દુર્ગુણો ઘટવા લાગ્યાં તેનો મને અહેસાસ થતો અને સદ્‌ગુરુ તથા નામ-વચન અને આત્મા-પરમાત્મા તરફ ખૂબ જ લગાવ વધવા લાગ્યો.

આમ થવાથી મારું રોજબરોજનું કાર્ય પણ સરળતાથી થવા લાગ્યું. મારા નોકરીના કે વહેવારના અઘરા કાર્યો પણ સહેલાયથી થઈ જતાં અને તેનું પરિણામ મારી અપેક્ષા કરતાં પણ વધુ સારું આવતું. મારા વિચાર, વાણી, વર્તનમાં ઘણો બધો સુધારો થતો ગયો. તેના પરિણામ રૂપે સંસાર-વહેવારમાં બધા સાથેના સંબંધો સુધરતા ગયાં. મારી નોકરી જ એવા પ્રકારની હતી કે હું સવારના આઠ વાગ્યાથી સાંજના આઠ વાગ્યા સુધી કામ કર્યા કરું તો પણ ખૂટે નહીં. તેમાં પણ મને કંટાળો ન આવતો. મારા માટે તો મારી નોકરી પ્રયોગશાળા બની ગઈ. આવા સંજોગોમાં પણ હું રાત્રે ત્રણથી ચાર વાગ્યે નામ-સ્મરણ કરવાનું ચૂકતો નહીં. ગમે તેવો થાક લાગ્યો હોય તો પણ સવારે એકદમ તાજગી અનુભવાતી.

વર્ષ ૧૯૮૫માં બઢતી સાથે બદલીનો ઓર્ડર મને મળ્યો. તેમાં નોકરીનું સ્થળ અંજાર (કચ્છ) હતું. તેથી બાપાશ્રીને જાણ કરી તો બાપાશ્રીએ કહ્યું કે કચ્છ આધ્યાત્મિક સાધના માટે ઉત્તમ સ્થળ છે. અત્યાર સુધી તમે અમારી આજ્ઞામાં રહીને સેવા-સ્મરણ કરીને અમારો રાજીપો મેળવી લીધો છે તો હવે સૂરતા શબ્દનો યોગ સાધીને અંદરના નિર્ગુણ જયોતિ સ્વરૂપ ગુરુને પ્રગટ કરીને તેનો પણ પ્રેમ મેળવી લ્યો અને સગુણ-નિર્ગુણને એક કરીને અનુભવી લ્યો. અમારા આશીર્વાદ હંમેશા તમારી સાથે છે. સતનામમાં વિશ્વાસ-ભરોસો રાખવો. બધુ સારુ થશે.

આમ જી.ઈ.બી.ના આદેશ મુજબ અને બાપાશ્રીના આશીર્વાદ સાથે અંજાર ડિવિઝન ઓફીસના કાર્યપાલક ઈજનેરનો ચાર્જ સંભાળી લીધો. નામ, સ્મરણ, ધ્યાનનાં અભ્યાસ વડે સધાઈ ગયેલી મારી સૂરતાનો એક છેડો અનાહતનાદ સાથે અને બીજો છેડો અંતઃકરણ સાથે જોડાયેલ રહેવાથી જાગૃત અવસ્થામાં રોજ-બરોજના મારા વિચાર, વાણી, વર્તન અનાયાસે દિપી ઉઠતા અને ચોથી તુરિયાવસ્થામાં અવનવા અનુભવો સાથે આંતરિક વિકાસ થવા લાગ્યો.

અને ધ્યાનની ત્રીજી ભૂમિકાએ આજ્ઞાચક્રમાં મારી સૂરતા શબ્દ અને પ્રાણનો ત્રિવેણી સંગમ થયો. ત્યારે દિવ્ય જયોતિ સ્વરૂપ સદ્‌ગુરુનો અંતરઘટમાં દિદાર થયો. ત્યારે બુદ્ધિમાં જ્ઞાન પ્રકાશ થયો અને બુદ્ધિ પ્રજ્ઞાવાન બની. તથા અહંકાર પણ ઓગળી ગયો ને ચિત્તમાં વૈરાગ્ય થયો. આમ આખુ અંતઃકરણ બ્રહ્માકાર થયું અને ખુશી આનંદ મંગળ વર્તાણા. બાપાશ્રીએ મને એક યુકિત બતાવેલી કે...

જો આપણે ઈશ્વરના નામમાં, તો ઈશ્વર આપણાં કામમાં
પણ જો આપણે આપણાં કામમાં, તો ઈશ્વર એના ધામમાં

તો એ મુજબ મારી સૂરતા સતત શબ્દ સાથે જોડાઈ રહે તેવા પ્રયાસો

કરતો. તેથી નામની દિવ્ય શકિતઓ, પ્રાણ તથા ઈન્દ્રિયો દ્વારા મારા સંસાર, વહેવારના બધાં કાર્યો કરાવી લેતી. અને યોગમાં આગળ વધવા માટે જરૂરી કાર્યો સૂરતા દ્વારા કરાવી લેતી. હું તો માત્ર સાક્ષી ભાવે અનુભવતો. અને જયારે પણ એ કાર્યો મારી પ્રાકૃતિક બુધ્ધિ પ્રમાણે કરતો ત્યારે મને માનસિક અને શારીરિક થાક અનુભવાતા અને કાર્યના પરીણામથી પૂરો સંતોષ પણ ન થતો.

હૃદયમાં થોડો ભય અને અશાંતિ રહેતા. આવા મારા જાત અનુભવથી યુકિત પ્રમાણે મારી સૂરતાને હર હાલતમાં સત નામમાં ડૂબેલી રાખવાના પ્રયાસો કરતો. આમ અભ્યાસ કરવાથી સૂરતા શબ્દનો યોગ સધાય ગયો. ને સૂરતા સહેજે પોતાની મેળાએ સતત એકધારી શબ્દ સાથે રહેવાથી બ્રહ્માકાર બની ગઈ. તેથી કરીને અહંકાર ઓગળી ગયો. બુધ્ધિ પ્રજ્ઞાવાન બની અને મારા હૃદયમાં સુખ, શાંતિ, સંતોષ અને નિર્ભયતા સતત જળવાય રહેતાં.

બાપાશ્રી ચેતનના બોધની વાત સમજાવતા કહેતા કે જયાં વેદનું કંઈ વદે નહીં અને ગીતાને પણ ગમ નહીં. એવા ચેતનના બોધની તો કોકે કરી શોધ એવા હજારોને મળે બોધ તો પણ એમાં હાલવાવાળા કોક જો કોઈ જ્ઞાન-વિજ્ઞાન પ્રમાણે હાલે તો તેને ચેતનનો અનુભવ થાય. ત્યારે તેની બુધ્ધિમાં અજવાળું થાય અને પોતાના સ્વરૂપનું ભાન થાય.

ત્યારે ગુરુગમ આવે અને સદ્‌ગુરુની સાન સમજાય તો એ ગુરુગમ વડે આગમ ને નિગમ સમજાય. આગમ કેતા સંતોની વાણી અને નિગમ કેતા વેદો, ઉપનિષદો, સતશાસ્ત્રો વગેરે. તો આ પંચમવેદની વાતો શાસ્ત્રમાં લખાણી નથી, સંતો તેની વાણી દ્વારા કહે છે. એ ગુરુ-શિષ્યનો બોધ આદિકાળથી ચાલ્યો આવે છે. આપણે ઘરેથી નીકળેલી કોઈ નવી વાત નથી.

આમ સૂરતા શબ્દનો અભ્યાસ કરતાં ૩ વર્ષ વિતી ગયા અને વર્ષ ૧૯૮૮ જી.ઈ.બી.ના આદેશ મૂજબ જામનગર સીટી ડિવિઝનમાં કાર્યપાલક ઈજનેરનું કાર્ય સંભાળી લીધું. જયારે બાપાશ્રીને મારા આંતરિક અને બાહ્ય અનુભવોનું શકય તેટલું વર્ણન કર્યુ અને કહયું કે આપની દયા કૃપા થકી મારી વહેવારિક અને આધ્યાત્મિક બધી જ સમસ્યાઓ ખૂબ જ સરળતાથી હલ થઈ જાય છે.

ત્યારે તેઓશ્રીએ કહેલું કે એની અમને કાંઈ ખબર ન હોય પણ સદ્‌ગુરુના બોધમાં વિશ્વાસ રાખીને સ્મરણ ભજન કરવાથી જે નામ તમે પ્રગટ કરેલ છે. તે નામના પ્રતાપે બધા પ્રશ્નોનો ઊકેલ આવતો હોય છે. હવે તમારે નામમાં શ્રધ્ધા રાખીને બધાં કાર્યો કરવા. એવા અનેક અનુભવ થવાથી બુધ્ધિમાં નામ પ્રત્યે નિષ્ઠા બંધાય જશે. ત્યારે જીવન મુકિતની દશા અનુભવાશે.

સામાન્ય રીતે દરેકને જીવનમાં નાની મોટી સમસ્યાઓ આવતી હોય છે.

એ રીતે મારા જીવનમાં પણ સમસ્યાઓ આવતી અને આવે પણ છે. પરંતુ સદ્ગુરુના બોધ અને સતનામના પ્રતાપે એ સમસ્યા મારા માટે પ્રયોગ બની જાય છે અને નામની મદદ વડે યુકિતથી એ પ્રયોગનો ઊકેલ સરળતાથી આવી જાય છે. અને હર હાલતમાં હું આનંદ અનુભવુ છું. આ સુક્ષ્મ વાત જગત દૃષ્ટિએ સમજી શકાય તેમ નથી પણ ગુરુગમ હોય તો સમજી શકાય છે.

મારા ધર્મપત્નીની જયારે ઈચ્છા થઈ ત્યારે ૧૯૮૨ માં બાપાશ્રીએ તેમને પણ સતનામનો બોધ આપ્યો. તેણીએ પણ સમરણ, ભજન, ધ્યાન કરીને અંતરઘટમાં નામને પ્રગટ કરી લીધેલ. અને બુધ્ધિ વિવેક (જ્ઞાન-પ્રકાશ) વાળી થવાથી અમારું સાંસારિક જીવન કોઈપણ જાતના મતભેદ વગર સુખ-શાંતિથી પસાર થતું. અમારે ચાર સંતાનોમાં બે પુત્રીઓ અને બે પુત્રો છે. તેણી ઉત્તમ ગૃહિણી તરીકેની ફરજ બજાવતી હતી. જેમ કે રસોઈ બનાવતી, સાફ-સફાઈ કરવી, બાળકોનો સારી રીતે ઉછેર કરવો અને તેમના શિક્ષણમાં ધ્યાન આપવું. જોઈતી ચીજ વસ્તુની ખરીદી કરવી. વગેરે વગેરે સંપૂર્ણ વહીવટ જાતે કરી લેતી અને જરૂર પડે તો બીજાની મદદ લઈને કરાવી પણ લેતી. આમ અમે બંને વિવેકથી પોત-પોતાની ફરજ શાંતિ અને સરળતાથી બજાવતા. સામાજીક અને વહેવારિક પ્રશ્નોનો ઉકેલ કરી લેતા. જેમ જેમ પુત્રીઓનો કોલેજનો અભ્યાસ પુરો થતો ગયો તેમ તેમ તેમની પસંદગી પ્રમાણે બંને પુત્રીઓના લગ્ન પણ થઈ ગયા.

બંને જમાઈ એન્જીનીયર છે. અને પોત-પોતાની પ્રાઈવેટ ફેકટરીઓ ચલાવે છે, ને સુખ-શાંતિથી જીવન પસાર કરે છે. એક પુત્ર અભ્યાસ કરીને બી.ડી.એસ. (દાંતનો ડોકટર) થયો છે અને ગોંડલમાં પ્રાઈવેટ પ્રેકટિસ કરે છે. અને બીજો પુત્ર એમ.ડી. (માનસિક રોગનો નિષ્ણાત) થયો છે. અને પોરબંદર સરકારી સિવીલ હોસ્પિટલમાં પોતાની ફરજ બજાવે છે. બંને પુત્રોના લગ્ન તેમની ઈચ્છા મુજબ થઈ ગયા છે. અને સ્વતંત્ર રીતે પોત-પોતાનો સંસાર આનંદપૂર્વક ચલાવે છે.

જી.ઈ.બી.ની ફરજમાંથી નિવૃત્ત થયા પછી ત્રણેક વર્ષ બાદ મારી વહેવારિક ફરજો પૂરી કરીને અમે બંનેએ એવી સમજુતી સાધી લીધી કે શેષ જીવન ગૃહસ્થાશ્રમમાં રહીને સંન્યાસાશ્રમના નિયમોનું પાલન કરવું.

આમ સૂરતા શબ્દમાં રાખીને જળ કમળ વત જેવાં થઈને રહેવું. આવું આયોજન કરવાથી મને સતશાસ્ત્રોનું વાંચન, સત્સંગ, ભજન, ધ્યાન, સમાધિ માટે પૂરતો સમય મળ્યો. તેથી કરીને ઉતરો ઉતર આંતરિક વિકાસ વધવા લાગ્યો અને ધ્યાનની એક પછી એક ભૂમિકા પાર કરતો ગયો. મારી સૂરતા જે નામમાં રમણ કરતી હતી તે હવે વધુ અભ્યાસના યોગે વચનમાં રમણ કરવા લાગી છે.

વર્ષ ૨૦૨૧ની શરૂઆતમાં મારી નાની પુત્રી દિશા કે જે મોરબી છે તેની પુત્રી હેત્વીએ બી.ડી.એસ.નો અભ્યાસ પૂરો કરીને એમ.ડી.એસ.નો અભ્યાસ કરવાની પૂર્વ તૈયારી કરી રહેલ છે. તેણીએ આગ્રહ રાખ્યો કે બાબા (મારાં કુટુંબમાં મને બધાં બાબાથી સંબોધન કરે છે) તમે જે સત્સંગની વાતો કરો છો તે મને ખૂબ જ ગમે છે. મારાં માટે એ જ્ઞાન-વિજ્ઞાનની વાતો મને ભવિષ્યમાં કામ લાગે તે રીતે લખીને આપો. તેથી સૂરતા શબ્દનાં સહજ યોગનાં મારાં આત્મસ્વરૂપનાં અપરોક્ષ અનુભવનાં જ્ઞાન-વિજ્ઞાનને શકય તેટલું શબ્દ સ્વરૂપ આપીને અહીં પુસ્તિકા રૂપે રજુ કરેલ છે.

આમ મારાં માતુશ્રી અને બાલયોગીના સહયોગથી સંતના શરણની લાયકાત કેળવીને સંત શિરોમણી શ્રીસદ્ગુરુદેવ શ્રીહરિરામબાપાના શરણે રહીને તેમના બોધ પ્રમાણે સ્વસ્વરૂપના જ્ઞાન વિજ્ઞાનનો અભ્યાસ કરીને, આત્મસાક્ષાત્કાર કરીને, નિજ સ્વરૂપમાં સ્થિત રહીને, જીવનમુકત દશામાં સુખ, શાંતિ, સંતોષ અને આનંદથી મારું શેષ પ્રારબ્ધ વિતાવી રહ્યો છું.

તા.૨૦-૦૬-૨૦૨૨
ગોંડલ

બસ એ જ...
દાસાનુંદાસ દિલસુખના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ,
જય ભગવાન સ્વીકારશો.

:::::-:::::

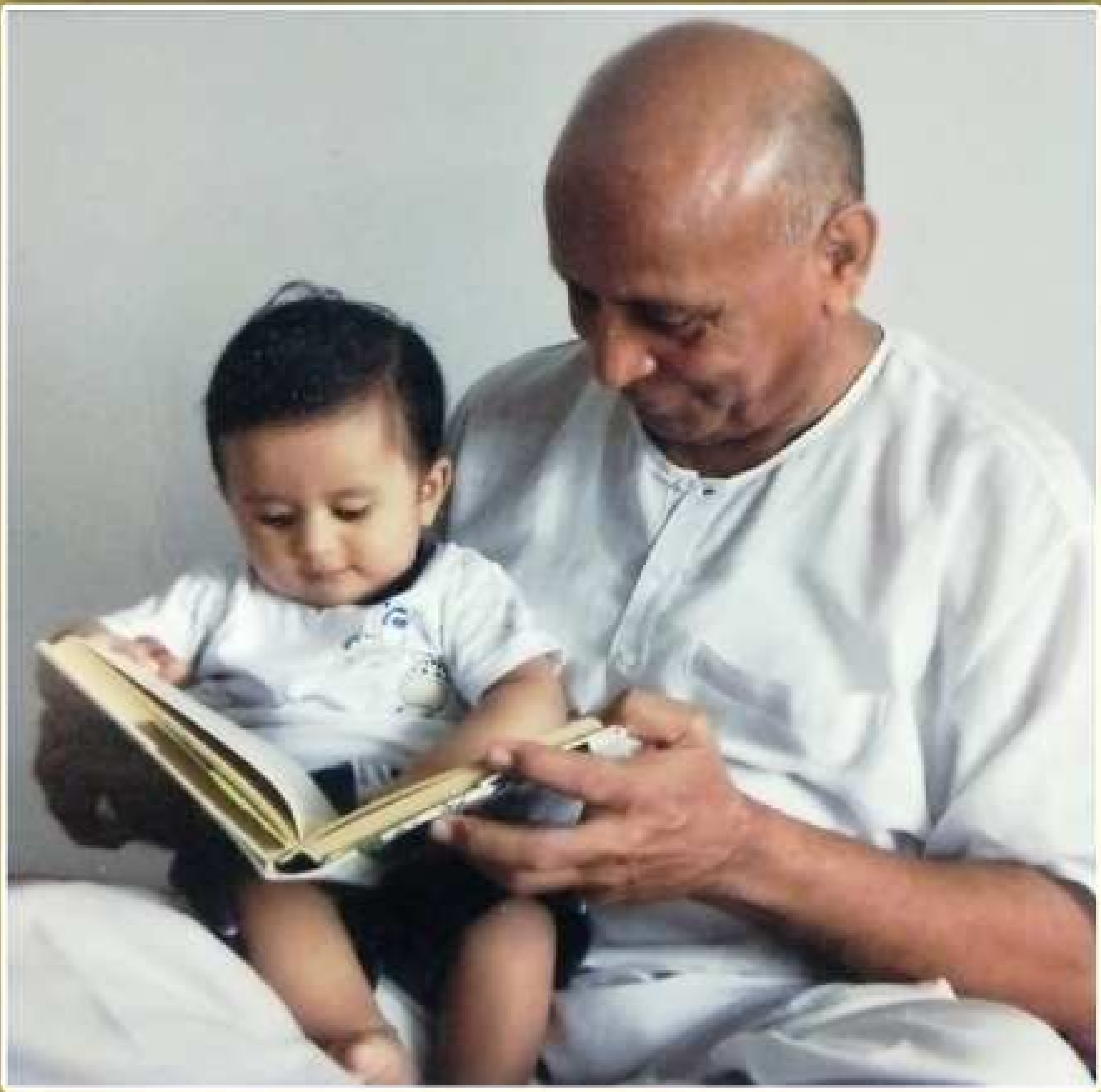
ૐ

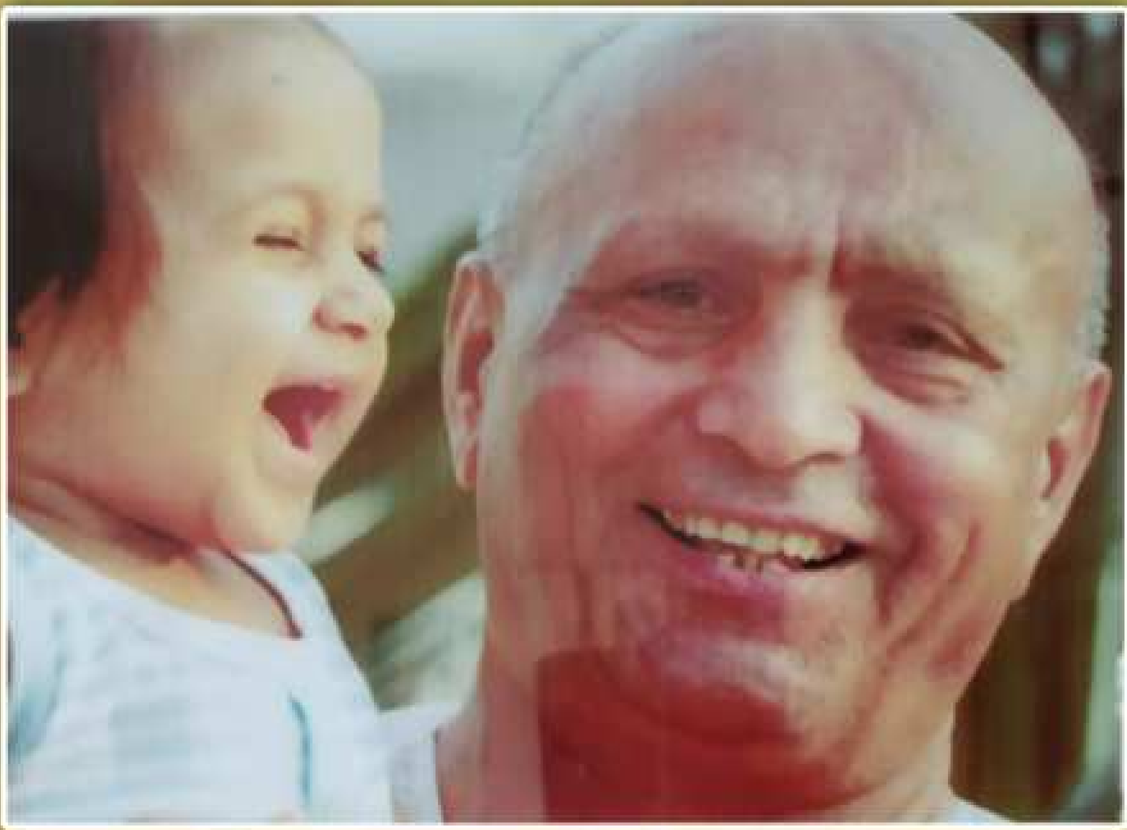
શ્રીસદ્ગુરુભ્યો નમઃ

આત્મસાક્ષાત્કાર
સ્વાનુભવ

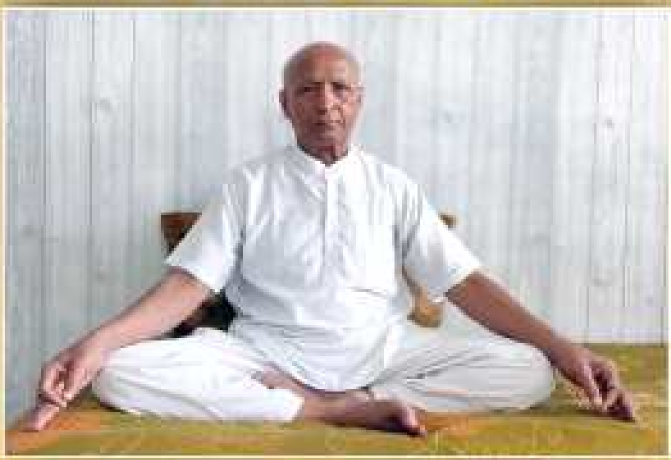


મેરા મુજ મેં કછુ નાહિં, જો કછુ હૈ સો તેરા;
તેરા તુજકો સોંપતે, ક્યા લગે ગો મેરા ।
જો કછુ કીયા તુને કીયા, મૈં કછુ કીયા નાહિં;
અગર કહું મૈને કીયા, તુમ હી થે મુજ માહિં ॥





:: લેખકનો પરિચય ::



દિલસુખ કે. ભડાણિયા (પટેલ)
બી.ઈ. (ઈલેકટ)

સનાતન ધર્મના હિન્દુ સંસ્કાર ધરાવતી પટેલ જ્ઞાતીના ભડાણિયા કૂળમાં સાધારણ ખેતીવાડીનો ધંધો કરતાં પિતાશ્રી કરમશીભાઈ તથા માતા શ્રીમતિ નંદુબાઈની કૂખે મારા સ્થૂળ દેહનો જન્મ તારીખઃ ૨૯-૧૨-૧૯૪૨ નાં રોજ સૌરાષ્ટ્રનાં નાનકડાં એવાં ગામ જામવાલી (તાલુકો જામજોધપુર, જીલ્લો જામનગર, રાજય ગુજરાત) માં થયેલ. મારા માતુશ્રી તો ખૂબ જ દયાળુ અને ધાર્મિક સ્વભાવવાળા હતાં. પોતે અભણ છતાં અનેક ધર્મ શાસ્ત્રોનું જ્ઞાન ધરાવતાં હતાં અને બાલ્યાવસ્થામાં અમને સંતો-ભકતો તથા દેવી-દેવતાઓની કથા-વાર્તાઓ સંભળાવતા અને અમારી પાસે રામાયણ-ભાગવતનું વાંચન કરાવતા અને શિખામણ આપતા કે ધર્મથી ઢૂંકડા રહેવું અને પાપથી છેટાં રહેવું. જીવનમાં નિતિનું પાલન કરવું અને બને તો બીજાનું ભલું કરવું. અહીંયા આપણું કંઈ નથી. બધું ભગવાનનું છે. ઈ ભગવાન આપણાં ભેળો છે. તેમાં શ્રધ્ધા રાખવી. કોઈની સાથે વેર-ઝેર ન કરવાં. બધા સાથે સંપીને રહેવું. ગમે તેવા સંજોગો હોય તો પણ ભગવાનને ભૂલવા નહીં. સવારે ઉઠતાની સાથે અને સાંજે સૂતાં પહેલાં પાંચ મિનિટ ભગવાનનું નામ સ્મરણ કરી લેવું. આમ, નાનપણથી જ મારાં હદયમાં ભકિતભાવના સંસ્કારોનું સિંચન ખૂબ જ સારી રીતે અને સહજતાથી થયેલ. તે સદ્ગુણો મારાં માટે આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે આગળ વધવામાં ખૂબ જ ઉપયોગી નિવડયાં. આમ માતૃદેવો ભવઃનું સુત્ર મારાં જીવનમાં સાર્થક થયેલ છે.

(અનુસંધાન પાનાં નંબર ૨૦૮ પર)